

రు 3-0-0

సహజవైద్య సచిత్ర మాసపత్రిక

సంపుటము 25 బెజవాడ సంచిక 1

జనవరి 1943

మా సంకల్పము

ఈ సంచికతో 25-వ సంపుటము ఆరంభమగు చున్నది. ఇంతవరకును మాకు విలేఖరులుగా నుండియు చందాదారులుగా నుండియు, హిత చింతకులుగా నుండియు తోడ్పడుచుండిన మీ కెల్లరకును మా హృదయపూర్వక వందన సహస్రములను నందజేయు చున్నాము.

మూడు సంవత్సరములనుండియు మీకు ప్రియ మిత్రుడుగా నుండిన ఆ-గీరసుకు యీ సంవ త్సరమునగూడ తన వ్యాస పరంపరను మీ కందచేయు వ్రాగ్దత్తముచేసియున్నాడు. ఎప్పటి వలె ఆహార చికిత్సాశాస్త్రమునకు సంబం ధించిన శేషించిన భాగములను పూరింప నిశ్చ యింప బడినది. రాబోవు సంవత్సరమున కంటిలో నుండు నల్లగుడ్డు 'కనీనిక'ను జూచి రోగములను కనిపెట్టే 'కనీనికాశాస్త్రము'నకు సంబంధించిన వ్యాసములను ఆశాస్త్రమునందు నిపుణులగు శ్రీయుత మృత్తింటి ఆంజనేయులు గారు వ్రాసి యిచ్చెదమనిరి.

రోగులకు సలహాలు, రోగనివారణ వృత్తాంత ములేగాక వివిధ రోగములకు ... చికిత్సా ప్రకరణములు గూర్చ కలదు.

1943 మేనెలతో మనపత్రిక ఆరంభించి 24 సంవత్సరములు వెళ్ళిపోవుచున్నవి. 1943 సంవత్సరము జూన్ సంచిక 'రజత సంచిక'గా ప్రచురించెదము. తెలుగుదేశములో ప్రకృతి పత్రిక చేసిన సేవవలన మేలుపొందిన వారు తమ అభినందనములను ఆ సంచికలో ప్రచురించెదరు. మరియు వివిధ ప్రకృతిచికిత్స లకు సంబంధించిన విపుల వ్యాసములను ప్రచు రించెదము. సంచిక అన్నివిధముల సర్వాంగ సుందరముగా నుండును. తాము యీ విష యమును మనస్సులో నుంచుకొని యిప్పటి నుండియే రజతసంచికకు వ్యాసాదులను పంప గోరుచున్నాము.

కాకితమున కేర్పడిన కాటకమునలన పత్రిక సంవత్సరముపొడుగునా ఒకేరకపు కాకితమును వాడగలమని తోచుట లేదు. శక్తికొలది ప్రయత్నించి ఒకేరకము కాకితము అన్ని సంచికలకును వాడుటకు యిష్టపడుచున్నాము. ఎప్పటివలెనే మీ రందఱును తోడుపడి పత్రిక నిర్విఘ్నముగను జయప్రదముగను సాగుచుండునట్లు చూడగోరెదము.

సుఖ సంసారము

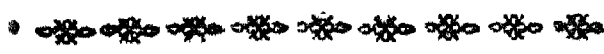
వేగసామరస్యము

చిన్నతనముననే ధాతునష్టముచే బాధపడని యువకునకు సాధారణముగా విశేష ప్రియత్నము లేకనే రాగోదయమగును. స్త్రీ కట్లు కాదు. ఋతుధర్మము ఆమెకు తోడు కావలయును. లేదా కామ దోహదము వలననైన కావలెను. వెనుకటి ప్రకరణములలో దశ సంస్కారములను, పంచ తంత్రములను గురించి వివరించియున్నాను. మరియు ప్రేమ పూరితమైన ఆలింగనము వలన సయితము రసోదయ మగును.

ఈ ఆలింగనములు పన్నెండు విధములు. అదివరకు బాగుగా పరిచయము లేని భార్యాభర్తలు మొదటితూరి కలిసినప్పుడు చేయు ఆలింగనములు 4. బాగుగా పరిచయము కలిగిన తరువాత చేయునవి 4. గాఢాలింగనములు 4. క్రొత్తవారిచే నాచరింపబడు నాలుగు ఆలింగనములు ఇవి. 1 స్పృష్టకం. ఇందు భార్యాభర్తలు నూతనులు. అందువలన యేదో యాదాలాభముగా కలిగినట్లు నటించుచు, ఒకరి నొకరు, అభిముఖముగా పోవునప్పుడు, స్పృశించుటకు స్పృష్టకం అని పేరు. 2 కూర్చున్నట్టిగాని, నిలచి యున్నట్టిగాని స్త్రీని పురుషుడుగాని, పురుషుని స్త్రీగాని, యేకాంతమున స్తనముతో గట్టిగా తాకినచో దానికి విద్ధకమని పేరు. అప్పుడప్పుడే కొద్దిగా కొద్దిగా పరిచయ మేర్పడుచున్న వారి కివి పనికివచ్చును. మూల గ్రంథమున "అనతిప్రవృత్త సంభాషణయో:" అన్నారు. 3 చీకటిలోగాని, యేకాంతమునగాని ఒకరి నొకరు యెక్కువ కాలము రుద్దుకొనుటకు ఉద్ఘృష్టక మని పేరు. 4 ఒక గోడకో, స్తంభమునకో ఆనించి తమ దేహముతో ఒత్తుటకు పీడితకాలింగన మని పేరు. ఇవి బాగుగా పరిచయము గల వారు చేసికొనదగిన ఆలింగనములు.

అవగతపరస్పరాకారులైనవారు, ఒకరి నొకరు బాగుగా అర్థము చేసికొని, కావలెనని చేయు ఆలింగనములు నాలుగు. ఇవి రాగోదయమైనవారి యందు చేయునవి. ఇందు రెండు స్త్రీ చేయునవి, రెండు పురుషుడు చేయునవి. అనగా యిష్టముమీద. 1. తీగె యెలా చెట్టునకు ప్రాకునో స్త్రీ ఆవిధముగా పురుషుని చుట్టుకొని కౌగిలించుకొనుటకు లతా వేష్టితకాలింగన మనిపేరు. 2. చెట్టు ఎక్కబోవుదానివలె స్త్రీ తన పురుషునికి యెదురుగా నిలుచుండి, ఒక పాదము పురుషుని పాదముల మధ్య నుంచి, రెండవ పాదము నిలుచున్న పురుషుని తొడపై నుంచి తన చేతులతో పురుషుని మెడకు లంకె వేసి అతనిపై కెక్కునట్లు ఆలింగనము చేయుటకు వృక్షాధిరూఢకాలింగన మని పేరు. ఇందు స్త్రీ స్తనములు పురుషుని వక్షఃస్థలమును తాకుచుండుటవలన అత్యంత ప్రీతిదాయకములుగా నుండును. ఈ ఆలింగనములు వృద్ధులకు గాక యువతీయువకులకే తగును.

3. పురుషుడు స్త్రీని ఆక్రమించి నువ్వులు, బియ్యమూ కలియబోసిన నెట్లుండునో అట్లు సర్వావయవముల చేతను ఆలింగనము దానికి తిలతండులకాలింగన మని శయనము మీదనున్న దంపతు



స్పర్థతోవలె ఆలింగనము చేయుటచేత గలుగును.

4. రాగకాలమున ఒడలు తెలియక ఒకరి నొకరు అత్యంతగాఢముగా ఆలింగనముచేస్కికొనిన దానికి క్షీరజలికాలింగన మనిపేరు. "భావాసక్తాః కాముకాః కామినీనాం ఇచ్ఛ న్త్యంగే ప్వంభస్యేవ ప్రవేష్టుం" అన్నారు. ఇంతవరకును బాభ్రవీయులు చెప్పిన ఆలింగనములు. ఇకముందు చెప్పబోవు నాలుగు రకములైన ఆలింగనములు సువర్ణనాభాచార్యులవారు చెప్పినవి.

1. ఊరూపగూహనాలింగనము. ఈ ఆలింగనమును స్త్రీ పురుషులు అన్యోన్యముగా తొడలను పీడించుకొనుటయందు గలుగును.

2. ఇట్లే జఘనములను పీడించుకొనుటను జఘనోపగూహన మగును.

3. స్త్రీ తన స్తనములను పురుషుని వక్షఃస్థలము మీద ఆనించి పీడించుటకు స్తనాలింగన మని పేరు.

4. నుదురు నుదురున కానించి వెనుకకు తీయుచు చూపుతో కన్నులను, పెదవులతో పెదవులను ఆనించుటకు లలాటికాలింగన మని పేరు.

పై చెప్పిన 12 విధము లయిన ఆలింగనముల వలనను రాగోదయము కానివారి కైనను రాగోదయ మగును. ఈ ఆలింగనముల వర్ణన తోడనే అనేకులు రాగరంజితులు అగుటయును కద్దు. అట్టి వానిని స్వయముగా అనుభవించు నప్పుడు ... ము కలుగకుండుటెట్లు?

ఒక్క సంగతి జ్ఞాపక ముంచుకొనక తప్పదు. అన్నప్పుడెల్ల ఒకరిపై ఒకరు పడి దొర్లింతలు పెట్టు దంపతులకు ఆలింగనము తగినంత రాగ దీపనము చేయజాలదు. అందువలన ఆలింగనమువలన రాగము కలిగించుకొనదలచిన దంపతులు తగినంత దూరముగా నుండుటయే మంచిది. డాక్టరు బ్యాబిట్టుగూడా "దంపతులు ఏకశయ్యమీద పరుండక, 6 అడుగుల దూరముగానుండే వేరు వేరు శయ్యలమీద పరుండుటయే మంచిది" అని అన్నారు.

స్త్రీ పురుషులు అన్యోన్యముగా ముద్దుపెట్టుకొనుటకు చుంబన మని పేరు. ఇట్లే దశ సంస్కారముల చేతను, పంచతంత్రములచేతను స్త్రీకి రాగము కలిగించిన తరువాతనే పురుషుడామెతో రమింపవలసి యున్నది.

పురుషునికి ధాతుపతనము అగు నప్పటికి స్త్రీకి గూడ భావప్రాప్తి కావలెను. లేనియెడల స్త్రీ సంధుక్ష్యభావావస్థలో నిలచిపోవును. ఆమె దేహము నందలి ధాతువు స్థానచ్యుతిని మాత్రము పొంది సాంతముగా వెడలిపోక యుండును. అందువలన నది యామె నాడులను పీడించి వేదనను గలిగించును. ఇట్లు యెట్లో ఒకతూరి జరిగిన స్త్రీ సర్దుకొనగలదు. కాని ప్రతిదినమును యిట్టి దుర్దవస్థయే పట్టునెడల ఆమె హిస్టీరియా మొదలగు అనేక వాతవ్యాధులకు గురి యగును.

స్త్రీ యొక్క భగము ఘన కమల దళముతో సమానమైన మృదుత్వము గలిగి యుండును. యోనిలోపలి భాగము గోజిహ్వవలె కర్కశముగా నుండును. అనగా ఆవునాలుక అంత బిరుసుగా నుండును. భావోదయముతో యోనిలోపల నుండు నాలుగు గ్రంథులనుండి శ్లేష్మద్రవమూర నారంభించును. మరియును రాగోదయమైనప్పుడు దేహమునందలి రక్తము ఆమె జన

సేంద్రియములవంకకు ప్రవహించి వానిని నిండించును. అందువలన ఆమె జననేంద్రియములు బాగుగా బిగువు గలిగి యుండుటయే గాక తగినంత సుఖోష్ణముగా నుండుటవలన పురుషాంగమునకు అన్ని వైపులను కమ్ముకొని యత్తిడి అత్యంతసుఖావహముగా నుండును. బాగుగా నూరిన శ్లేష్మద్రవ్యమువలన పురుషాంగము బాగుగాను సులభముగాను కదలింపదగిన జారుడల గలిగియుండును. స్త్రీ భగము యొక్క పై భాగమునందుండు భగలింగము బాగుగా ఉబికి యిందుండి ఒక విధమైన చిత్రమైన వాసనగల ద్రవము వెలువడును. ఆ వాసనయును పురుషునియందు రాగోదయము గలిగింపగలిగి యుండును. మందవేగ పురుషు డీ ద్రవమును ఆఘ్రాణించు నెడల వానియందు వేగము అధికమగును. బాగుగా ఉబికిన భగలింగమునకు సంగమకాలమున పురుషావయవముచే ఒరిపిడి కలుగును. భగలింగము అనేకనాడులకు కూటమిగా నున్నది. ఇది పురుషునకు శిశ్నమువలెనే స్త్రీకి సుఖవర్ధకమై యున్నది. రాగోదయానికి పూర్వమామె భగలింగము బాగుగా ఉబికి యుండక పోవుటవలన ఆమెకు తగినంత ఘర్షణయును సుఖమును కలుగదు రాగోదయము కాని స్త్రీయందు చేసిన సంగమమునందు ఘర్షణ యెక్కువగా నుండుట వలనను జారుడల లేకుండుట వలనను అన్యోన్యముగా బాధ గలుగును. ఒరిపిడివలన పురుషుని ధాతువు త్వరలోనే స్రవించి పోవును. స్త్రీ దేహము నుండి అతనికి సంక్రమింపవలసిన జీవద్రవములు (harmones) అతనికి లభింపక పోవుటవలనను తనవైన జీవద్రవములు (harmones) అనగా ధాతువు క్షీణించి పోవుట వలనను అతని యందు తంద్ర, శ్రమము, నీరసము కలుగును. మరియు రాగోదయముకాని స్త్రీతో సంభోగించుటయందామె జననేంద్రియములు బాగుగా రెచ్చగొట్టబడి జాగరితము లగును. అప్పటికి పురుషునకు రాగోద్ధతియో, భావప్రాప్తియో కలిగి యుండును. ఆమె జననేంద్రియములందు ఉద్రేకము కలిగియుండును. పురుషు డామెను శాంతిపరుపజాలక యుండును. ఆమె దేహమునుండి బయటికి రాను ప్రారంభించిన ధాతువు సాంతముగా రాకయుండును. ధాతువు రక్తములోనుండి విడగొట్టబడినందున దేహమునకు ఉపయోగింపదు. సాంతముగా వెడలిపోలేమిగాన, నాడులయందలి ఉద్రేకము తగ్గదు. అదే ఉద్రేకముతో ఆమె జననేంద్రియములు చిరకాలము బాధ నొందుచుండును. కనుక ఆమె తన చిహ్నములచేతను, మాటలచేతను, క్రియల చేతను తన అప్రాప్త భావావస్థ అనగా సంధుక్ష్యభావావస్థను అతనికి యెఱుక పఱచును? ఆమెకు తృప్తి కలుగకనే అట్లు బాధపడుచున్న దని మోటమొద్దులు తెలుసుకొన లేరు. ఇంగితజ్ఞులై తెలుసుకొనినవారు మాత్రము ఏమి చేయగలరు? అందు వలననే రాగోదయము కాని స్త్రీతోడి సంగమము సుతరామూ పనికిరాదు. ఇట్టి సంగమమువలన పురుషుని ధాతువు స్త్రీకి సంక్రమింపక గుడ్డల కంటిపోవును. సక్రమ సంగమమునందు అదే ధాతువు స్త్రీ దేహము నందలి గ్రంథులయందు చేరిపోయి ఆమెకు ఉల్లాసమును చలాకిని చమత్కారమును బలమును లాఘవమును గలిగించును. అక్రమసంగమము వలన ఆమెయందు నిస్సత్తు

వయును నీరసమును తంద్రియును ఔదాసీన్యమును గలుగును. ఆమెను యే పనిచేయమన్నా నీరుకారుతూ ఉసూరు మంటూ ఉంటుంది. మిగిలినవారి కామెబాధ తెలియక ‘ఆమె యెప్పుడూ ఇంతే! ఏపని చెప్పినా ఉతుకృష్ట పడుతుం'దంటూ ఉంటారు. పురుషునకుగూడ సక్రమసంగమము వలన బలము తేజము, ఉల్లాసము, ఉత్సాహము, చమత్కారము వృద్ధి పొందును. అనేకు లనుకొనునట్లు పురుషునకు సంగమమువలన నిస్సత్తువ, నిస్తేజము రావు. రాగోదయము కానిస్త్రీని వ్యభిచరించి (rape) నప్పుడు మాత్రమే అతనికి నిస్సత్తువ తేజోహీనతయును కలుగుచున్నవి. కనుకనే ముందుగా పనిబెట్టుకొని అతడు ఆమెను ఆలింగనముల చేతను చుంబనాది దశవిధ సంస్కారముల చేతను పేటితము మొదలగు పంచతంత్రములచేతను ఆమెను కరగించిన తరువాతనే సంగమమునకు దొరకొనవలెను.

Prevention is better than cure అని ఇంగ్లీషులో సామెత కలదు. దాని యర్థ మిది! వచ్చిన తరువాత చికిత్స చేయుటకన్న రోగము రాకుండ జాగ్రత్తపడుట మేలు అని. అందువలన ఆలింగనాదులచేతను దశవిధ సంస్కారములచేతను పంచతంత్రముల చేతను ఆమెకు రాగోదయము కానియెడల పురుషు డామెను వ్యభిచరింప (Rape) కుండుటయే మంచిది. సుఖసంకటములలో కొన్ని యిలాగేవస్తవి. మనము అనుకుంటాముగదా ‘అతను చాలాపెద్దమనిషి. పరకాంతలను తల్లులవలె చూస్తాడు. ఇతనికీ మేహవ్యాధి. (మేహనము అనగా లింగము ద్వారా సంక్రమించినవ్యాధి) యెలా సంక్రమించిం దబ్బా?' అని. ఒక పురుషుని బుద్ధి తక్కువతనముచేత స్త్రీపురుషు లిద్దరూ యిట్టి వ్యాధులచే బాధపడుచుందు రనే సంగతి యెంతో మందికి తెలియదు. భార్యా భర్త లిద్దరూ యిట్టి నీరసరోగములు (Wasting Diseases) తో బాధపడుచుండగా వైద్యుడు వారి నీ సంగతి ప్రశ్నింపక సూటిగా మందుల డబ్బీమీద దెబ్బ కొట్టుతాడు. తాము యే పొరపాటుచేత యీ రోగాలను గడించుకొన్నారో ఆ భార్యా భర్తలకూ యెవరూ చెప్పేవారే లేరు. అసలు వైద్యు యీ సంగతులు యింత వివరముగా తెలియవు. నాబోటివారు యెవరన్నా యే సభలోనన్నా ఇట్టివి చెప్పదలిస్తే నీతిమంతులైన యీ వైద్యశ్రేష్ఠులు ఇది బూతు అనేపేరుతో నిరోధించి నవ్వుబాటు పాలగుచుందురు.

అందువలన చండవేగపురుషు డెప్పుడును రాగోదయముకాని స్త్రీని కదలింప కుండుట మంచిది. అక్రమసంగమమువలన పురుషునికి ధాతుస్రావము గలుగును. దానితో అతని నాడులలోని పీడ వదలును. స్త్రీ కట్లు కాదు. ఆమెకు అక్రమసంగమమువలన నిస్సత్తువకు తోడు నాడులయందు చిమచిమ మను మంటలుండును. పురుషునకు నిస్సత్తువ మాత్రమే యుండును.

చివరి ఉపాయముగా కామశాస్త్ర గ్రంథములందు పురుషోపసృప్తకము వర్ణింపబడినది. స్త్రీ వరాంగమునందలి పై పెదవులుమాత్రము మృదువుగా నుండును. లోపలి పెదవులు, భగలింగము, యోనిలోపలి భాగములందు చలనము కలిగించిన, రాగోదయ మగును. పురుషుడు తన యెడమచేతిని యేనుగు తొం

డము వలె చేసి ఆ యా భాగములను కలంపవలయును. అంగుష్ఠమును, తర్జనిని, అనామికలను కలిపి చాచి యుంచిన నది యేనుగు తొండమువంటి యాకారము గల దగును. సీవీమోక్షణము, గజహస్తాదుల వలనను, మంథనాదులగు 9 విధములగు పురుషోపసృప్తకములవలనను స్త్రీకి రాగోదయము కాని యెడల అప్పటి కామె కరుగదని తెలిసికొని విడిగా నుండుట అవసరమనే సంగతి యిప్పటికైనను యువకుడు గ్రహింపవలెను. ఎద్దుమొద్దు స్వరూపముగా ఆమెను వ్యభిచరించిన యెడల అతనికి సంప్రయోగమువలన ముష్టిమైథున తుల్యమగు తృప్తి కలిగినను, ఆమెయును, తానునుగూడా యెంతో ప్రబలమగు బాధకు లోనుగావలసివచ్చును. మందవేగ స్త్రీని కనిపెట్టి, ఆమె యింగితమును, ఋతుకాలమును గమనించి మాత్రమే ఆమెతో నతడు సాంప్రయోగికమును నెరపవలసియున్నది.

మంథనాదులగు 9 ఉపసృప్తకముల వివరములు వాత్స్యాయన కామసూత్రములందలి ద్వితీయాధికరణమగు సాంప్రయోగికాధికరణమున యెనిమిదవ దగు పురుషోపసృప్తక మను అధ్యాయము చూడగోరెదను.





టైఫాయిడ్ - న్యూమోనియా

డా. వి. దొండాసాహెబుగారు

అల్లోపతి, నేచురోపతి, హోమియోపతి, క్రోమోపతి, యునాని, ఆయుర్వేద మను నానావిధచికిత్సలు. ఇటులనే కలరా, ప్లేగు, మశూచి, క్షయ, ఉబ్బసము, కుష్ఠు, జ్వరములు అను నానావిధవ్యాధులు. వీనిలో జ్వరములను గురించి సంగ్రహముగా విమర్శింతము.

జ్వరములలో కూడా అనేక విధములు. పైత్య జ్వరము, వాతజ్వరము, ఉష్ణజ్వరము, చలి జ్వరము, వాతపైత్య జ్వరము, సన్నిపాత జ్వరము, దోషజ్వరము, మలేరియా, ఇన్ఫ్లూయంజా, వసుసజ్వరము, టైఫాయిడ్, న్యూమోనియా అను నానావిధజ్వరములు. జ్వరములకు కారణము అనేకులు అనేకవిధముల అభిప్రాయ పడుచున్నారు. వాని కారణములను పరిశీలింతము.

జ్వరములకు కారణము ప్లీహమో, కాలేయమో, శ్వాసకోశములో, హృదయమో జబ్బు కలుగుట వలననో లేక మలేరియా పురుగులవలన కలుగు ననియు, అవి అంటువ్యాధు లనియు ఆంగ్లేయ వైద్యులు థర్మామీటరు, స్టెతస్కోపు నుపయోగించి, రోగిని పరీక్షించి నిర్ధారణచేసి చికిత్సచేయుచున్నారు. జ్వరములకు కారణము ఎక్కువవాతమో, ఎక్కువపైత్యమో, ఎక్కువ శీతలమో, ఎక్కువఉష్ణమో, లేక ఉష్ణపైత్యమో, కారణమని ఆయుర్వేద వైద్యులు రోగినాడిని స్పర్శించి, నిర్ధారణచేసి చికిత్సచేయుచున్నారు.

ఆంగ్లేయవైద్యుల రోగనిదానముకంటె ఆయుర్వేద వైద్యుల రోగనిదానమే శ్రేష్ఠముగా నున్నదని తోచుచున్నది. ఎటులన, జ్వరరోగి హెచ్చువాతముచేతనో లేక హెచ్చుపైత్యము చేతనో లేక హెచ్చుఉష్ణముచేతనో లేక హెచ్చు శీతలముచేతనో లేక వాని సమ్మేళనము చేతనో బాధపడుచున్నాడు. జ్వరమనగా హెచ్చువాతమో లేక హెచ్చు పైత్యమో లేక హెచ్చుఉష్ణమో లేక హెచ్చు శీతలమో లేక వానిసమ్మేళనమో కాని, వేరుకాదు. కాన, ఆంగ్లేయవైద్యుల అభిప్రాయము కంటె ఆయుర్వేదవైద్యుల అభిప్రాయమే చాల శ్రేష్ఠముగను, స్పష్టముగను, నిదర్శనపూర్వకముగను శాస్త్రోక్తముగను నున్నది. పైత్యము, వాతము, శీతలము, ఉష్ణము మానవులకు సమానముగా మితముగ అత్యంతావశ్యకము. ఇందులో ఒకటి హెచ్చి, మరియొకటి తగ్గిన ఆ యా చిహ్నములు కలిగి, ఒకడు జ్వరరోగబాధితుడగుచున్నాడు. క్రమక్రమముగ ఈ చిహ్నములే వృద్ధిపొందినచో జ్వరము లని పేర్కొనబడుచున్నవి. పైత్యము, వాతము, శీతలము, ఉష్ణము మొదలగునవి దేనివలన కలుగుచున్నవి? వృద్ధిపొందుచున్నవి? ఆహారము వలననే. మనము తినుపదార్థములలో అవి ఇమిడియున్నవి. ఇంతేగాక, దేహపోషక పదార్థము కూడా ఉన్నది. మనముతిను వస్తువులు బాగుగ జీర్ణమైనచో మనము వానివలన

బాధపడుటలేదు. అవి మన కగోచర మగుట లేదు. అట్లు జీర్ణము కానియెడల ఆయాచిహ్నములచే బాధపడి జ్వరరోగు లగుచున్నాము. దేహపరిశ్రమ గల బీదవారి కంటెను దేహపరిశ్రమలేని ద్రవ్యపరులు చాలమంది యెక్కువ రోగములచేత బాధపడు చున్నారు. ఏలన, వారికి తగిన దేహపరిశ్రమ లేదు. తత్ఫలము జీర్ణరసములు బాగుగ ఉద్భవించుట లేదు. కాన, ఆయుర్వేద వైద్యుల అభిప్రాయమే శ్రేష్ఠమని నిర్ధారణ యగుచున్నది. ఆంగ్లేయ వైద్యుల అభిప్రాయము కూడా కొంతవఱకు నిజమే. ప్లీహమో లేక కాలేయమో లేక శ్వాసకోశములో లేక హృదయమో జబ్బు కలుగుట నిజమే. అయితే ఒకడు జ్వరముచే హెచ్చుగనో తక్కువగనో కొంత కాలము వఱకు బాధపడక, చికిత్సపొందక, ప్లీహము గాని, లేక కాలేయముగాని, లేక శ్వాసకోశములుగాని లేక హృదయము గాని జబ్బు కలుగు టరుదు. ఈ అవయవముల జబ్బుకు కారణము జ్వరములు. జ్వరములకు కారణము హెచ్చు వాతమో హెచ్చుపైత్యమో లేక హెచ్చు శీతలమో లేక హెచ్చుఉష్ణమో. పైత్యము, వాతము మున్నగు వానికి కారణము ఆహారము. కాన జ్వరములకు ముఖ్య కారణము ఆహారమే, లేక ఆహారదోషమే యని నిరూపణ యగుచున్నది. కాబట్టి మన మొక చెట్టును నిర్మూలింప గోరిన దాని మూలమునకు గురిపెట్టవలెను గాని దాని రెమ్మలకు ఆకులకు గురిపెట్టుట విరుద్ధము, నిరర్థకము, అజ్ఞానము.

జ్వరములకు ఆహారమే ముఖ్యకారణ మని మనము గ్రహించితిమి. అట్లయిన, పురుగులెట్లు కారణ మగుచున్నవి? అవి అంటువ్యాధులెట్లగుచున్నవి? పరస్పరవిరుద్ధమైన అభిప్రాయముగాదా? అర్థరహితమైన పరిశోధన కాదా! ఇట్టి కారణము లున్నను మలేరియా రోగుల రక్తములో మలేరియాక్రిము లున్నవని వాదించుచున్నారు. ఆందోళన, ప్రచారము చేయుచున్నారు. జ్వరరోగి రక్తము చెడిన అతని రక్తములో అల్పప్రాణు లుండవచ్చును. జ్వరము త్వరగా కుదరనియెడల రక్తము చెడుట కలదు. తత్ఫలముగ అల్పజీవు లుద్భవించుట కలదు. ఎటులన, పేడ కుళ్ళినచో పురుగులు పుట్టుచున్నవి. ఫలములు చెడినచో క్రిము లుత్పత్తి యగుచున్నవి. మాంసము రక్తము చెడిన సూక్ష్మజీవు లుద్భవించు చున్నవి. పుండ్లలో వ్రణములలో పురుగులు పుట్టుచున్నవి. బియ్యము, గోధుమరవ్వ మున్నగునవి పాతపడిన నానావిధక్రిము లుత్పన్న మగుచున్నవి. మనము ప్రతిదినము బాగుగ క్రమముగ మలవిసర్జన చేయని యెడల మన మలము దుర్వాసన పొందుచున్నది. నానావిధ క్రిము లుద్భవించు చున్నవి. ఇటులనే నానావిధ వస్తువులలో నానావిధదేశములలో నానావిధ వాతావరణములలో నానావిధ పురుగులు పుట్టుచున్నవి. ఇట్లు జరుగుట సహజము. ప్రకృతి ధర్మము. సృష్టి ప్రకృతిశాసనము. కాని, జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని నిర్ధారణ యగుచున్నది. ఇట్టి ప్రబలకారణములు ప్రత్యక్ష నిదర్శనము లనేకము లున్నవి. "Much ado about nothing." కేవలము భయము, అజ్ఞానము, అంధత్వము. జ్వరములు అంటువ్యాధులైన నా దేహమును పరీక్ష కర్పించెదను. డాక్టర్లెందుకు అట్లు నిరూపించి

న న్నేల కఠినముగ శిక్షింపకూడదు? వారి ధర్మము కాదా? అట్లుచేయకున్న నేను ప్రజలకు చాల కీడుచేయరా?

ఉడుపులు, నవ్వు, కోపము, ద్వేషము, అసూయ మున్నగునవి అంటువ్యాధులు. ఎట్లన ఒకడు అందముగ ఉడుపులను ధరించిన ఇతరు లట్లు ధరించుటకు ఆకర్షింప బడుచున్నారు. ఒకడు నవ్విన ఇతరులుకూడ నవ్వుటకు ప్రేరేరింపబడుచున్నారు. ఒకడు కోపపడిన ఇతరులు కూడ కోపగించుకొనుచున్నారు.

జ్వరము ద్విగుణీకృతమైన దోషజ్వర మని లేక సన్నిపాతజ్వర మని ఆయుర్వేద వైద్యులు పేరిడుచున్నారు. దోష, సన్నిపాతజ్వరములను ఆంగ్లేయ వైద్యులు టైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరము లని పేర్కొనుచున్నారు. టైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరములు చాల అపాయకరమైన జ్వరములే. టైఫాయిడు, న్యూమోనియా జ్వరములు రెట్టింపైన సామాన్య జ్వరములేగాని, వేఱుకాదు. జ్వరరోగి కొంత కాలము వరకు చికిత్స పొందక, ఔషధములు ఆహారము స్వీకరింపక టైఫాయిడుకుగాని న్యూమోనియాకుగాని తటాలున గురియగుటలేదు. Typhoid and pneumonia mean devoloped fevers or high temperature or difference of temperature. ఆహారదోషమునకు వాతావరణ దోషము తోడ్పడి, కొన్ని వేళలలో కొన్ని జ్వరము లుద్భవించి, వ్యాపించి, కొన్ని మరణములకు కారణ మగుచున్నవి. ఇట్టి జ్వరములకు కారణము వాతావరణ మందలి మార్పని కొందఱు చెప్పుచున్నారు. మఱికొందఱు పంట కాలదోష మని చెప్పుచున్నారు. ఆంగ్లేయులు మలేరియాజ్వరము లని, అవి మలేరియా క్రిముల వలన సంభవించుచున్నవనియు, అంటువ్యాధు లనియు జనులు బహు జాగ్రతగ నుండవలెనని చెప్పుచు హెచ్చరించుచున్నారు. అవి జ్వరములే కదా! జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని గ్రహించితిమి. కాన అంటువ్యాధు లెట్లగుచున్నవి? జ్వరమనగా హెచ్చు వాతమో, లేక హెచ్చు పైత్యమో, లేక హెచ్చు ఉష్ణమో లేక హెచ్చు శీతలమో, లేక వాని సమ్మేళనమో కాని, వేఱుకాదు. ఇవి మనము తిను పదార్థములలో ఇమిడిఉన్నవి. ఆహారము బాగుగ జీర్ణమైన ఒకడు జ్వరముల కెర యగుటలేదు. అట్లు బాగుగ జీర్ణము కానియెడల ఒకడు జ్వరములకు గురియగు చున్నాడు.

పాషాణ ఔషధచికిత్సను గురించి ఇట క్లుప్తముగా తర్కింతము. పాషాణములు చాల అపాయ మైనవి. ప్రాణోపద్రవకర మైనవి. మంచి దేహపుష్టి, మంచి దేహపరిశ్రమ, మంచి జీర్ణశక్తిగల ఆరోగ్యవంతుడు కొంచెము పాషాణమును పుచ్చుకొనినచో, తన ఆరోగ్యము తలక్రిందులై మరణించుచున్నాడు. దేహపరిశ్రమ, జీర్ణశక్తి బొత్తిగ లేకయు ఒకరి సహాయము లేక లేచుటకు నడచుటకు శక్తిలేని రోగికి పాషాణ రసగంధకాదుల ఔషధములను వినియోగించిన యెంత అపాయము! ఎంత ప్రాణోపద్రవము! అందువలన జీర్ణకోశము మరింత చెడి, సాధారణ జ్వరములు అపాయకరమైన టైఫాయిడు న్యూమోనియా జ్వరములుగ పరిణమించుచున్నవి. తత్ఫలముగ రోగులు త్వరలోనో, తటాలు

ననో మరణించుచున్నారు. ఇట్లు సంభవించుట మనము చూచుచున్నాము. గమనించుచున్నాము. వినుచున్నాము. ఇట్టి పాషాణ ఔషధములు పలుమారు వాడిన ఎంత ప్రాణోపద్రవము గలుగునో మీరే ఊహించండి. ఇట్టి చికిత్సను మానుట శ్రేయస్కరముకాదా? ఆకలి లేకున్నను, మందముగనున్నను, కడుపుబ్బరముగ నున్నను, జ్వరము తీవ్రముగ నున్నను, రోగి ఆహారమును నిరాకరించినను, వద్దని బతిమాలుకొన్నను, రోగి ఆహారమును తిననియెడల రోగము హెచ్చుగుననియు, రోగమునివారణకాదనియు, బలవంతముగా ఔషధము, జీర్ణము కాక మునుపే భోజనము పెట్టిన యెంత అపాయము! తత్ఫలముగా జీర్ణకోశము మరింత చెడి, ప్రాణోపద్రవము కలుగుచున్నది. కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. కాన ఇట్టి హానికరమైన ఔషధములు చికిత్సలు యెందుకు మానకూడదు? ఇట్టి ఔషధములను వాడరాదని డాక్టర్లు ఇతరులను ఆక్షేపించుచున్నారు. మందలించుచున్నారు. హెచ్చరించుచున్నారు. వా రెందుకు అటు లాచరించకూడదు? మొదట వారు మార్గదర్శకులు కావలెను. Example is better than precept.

కొన్ని సామాన్యజ్వరములు చికిత్సదోషముచే త్వరగ కుదురుటలేదు. వానిని ఆంగ్లేయ వైద్యులు మలేరియాజ్వరము లనియు వాని పురుగులవలన ఒకరినుండి ఒకరికి సంక్రమించుచున్నవనియు, వ్యాపించుచున్నవనియు, అంటువ్యాధులనియు, వానికి ప్రత్యేక చికిత్స, రక్తపుష్టికరమైన ప్రత్యేకాహారము కావలెనని రేయింబవళ్ళు రెండుగంటల కొకసారి ఔషధముల నుపయోగించుచు పాలు, గుడ్లు, మాంసము, చేపలు, గోధుమరొట్టెలు, గోమాంసము మున్నగు వాతపదార్థములను వాడుచున్నారు. ఈ వాత పదార్థములలో ఎక్కువ రక్తవృద్ధికర మగు పదార్థ మున్నది. అయితే వానికి యెక్కువ జీర్ణశక్తి కావలెను. ఎక్కువ జీర్ణశక్తికి ఎక్కువ దేహపరిశ్రమ కావలెను. ఎక్కువ దేహపరిశ్రమ వలన ఎక్కువ జీర్ణక్రియ లుద్భవించుచున్నవి. లేకున్న జీర్ణము గాక మరింత జీర్ణకోశము చెడి జ్వరము ద్విగుణీకృత మగుచున్నది. లేక రోగి త్వరగ బాగుపడుటలేదు. అట్టి ఆహారము రోగమును నిరోధించుటకు, నివారించుటకు బదులు రోగమును వృద్ధిచేయుచున్నది. అది ఆహారమునకు బదులు విషముగా పరిణమించుచున్నది. రోగములను వాని చిహ్నములను నివారించుటకు బదులు వృద్ధిచేయుచున్నది. కొన్ని వేళలలో టైఫాయిడ్, న్యుమోనియా జ్వరములుగా మారుచున్నవి. ఇట్లు సంభవించుటలేదా? ఇందుకు తోడు పలుమారు ఔషధములను వాడుచున్నారు. ఔషధములలోకూడ అనేకవిధములు. అనేక గుణదోషము లున్నవి. ఔషధములుకూడా జీర్ణము కావలెను. లేకున్న అవి రోగములను వాని చిహ్నములను వృద్ధి చేయును. ప్రోత్సహించును. ఔషధములు ఆహారము బాగుగా జీర్ణముకానియెడల ఒకటి కొకటి (ఔషధములు - ఆహారము) సహాయపడుచు తోడ్పడుచు, రోగములను వాని చిహ్నములను రెట్టింపుచేయును. తత్ఫలముగా కొందఱు త్వరలోనో తటాలుననో మరణించుచున్నారు. ఇట్లు సంభవించుటలేదా? మనము

గ్రహించుటలేదా? వినుటలేదా! ఇట్టి చికిత్సలచే జ్వరములెందుకు మలేరియాగాను అంటు వ్యాధులుగాను పరిణమింపవు? వానిని నివారించుటకు నెలలు, వత్సరము లెందుకు గడవవు? ఇట్టి చికిత్స మానుట శ్రేయస్కరము కాదా? కొన్ని జ్వరములు ఇట్టిచికిత్సచే త్వరగా బాగు పడవు. తత్ఫలముగా ఏదో కారణము చెప్పి, రోగులకు అపాయకరమైన శస్త్ర చికిత్సలు చేయుచున్నారు. తత్కారణముగ కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. ఇవి హత్యలు కావా? ఇట్టి అపాయకరమైన శస్త్రచికిత్సలు మానుట శ్రేయస్కరము కాదా?

పాలు, పెరుగు, నెయ్యి, గ్రుడ్లు, మాంసము, చేపలు, గోధుమ రొట్టెలు, గోమాంసము మున్నగునవి వాతపదార్థము లనియు, త్వరగ జీర్ణముకావనియు, ఆయుర్వేద వైద్యులు చెప్పుచున్నారు. ఈ వాతపదార్థములు రక్త పుష్టికరమైన వనియు ఇందులో విటమిను లున్నవనియు, అవి ఆరోగ్యమునకు రోగనివారణకు అత్యంతావశ్యకము లనియు, ఆంగ్లేయ వైద్యులు చెప్పుచు, గొప్ప ప్రచారము చేయుచున్నారు. ఈపదార్థము త్వరగ జీర్ణము కాదు. బాగుగా జీర్ణముకానియెడల వాతము కలుగును. సర్వవ్యాధులకును వాతము ముఖ్య కారణము. ప్రధానము. ఇంతేగాక, ఇతర వ్యాధులను వాని చిహ్నములను రెట్టింపు చేయును. ప్రేరేపణ చేయును. ఈ పదార్థములను ఆరోగ్యవంతులుకూడ బాగుగ జీర్ణించుకొనజాలరు. తత్ఫలముగా అనేకులు రోగములకు గురియగుచున్నారు. ముఖ్యముగ రాత్రులందు బాగుగ జీర్ణముకాదు. ఏలన, రాత్రులందు దేహపరిశ్రమ తక్కువ. కాన, రాత్రి కాలము వాతకాలమని అట్టి ఆహారమును ముఖ్యముగ రోగులు దీర్ఘరోగులు వాడకూడ దని చెప్పు చున్నారు. హెచ్చరించు చున్నారు. కాన, రోగులు, దీర్ఘరోగులు రాత్రికాలమందు ఆహారమును గుఱించి బహు జాగ్రతగ మెలంగవలెను. ఆహారములలో కూడ అనేకవిధగుణదోషము లున్నవి. వానిని చక్కగ నెరుంగవలెను.

జ్వరములకు ముఖ్యకారణము ఆహారమే యని గ్రహించితిమి. అట్లయిన ఆహారమును తగ్గించిన, మానిన అవి తగ్గవా? అదృశ్యముకావా? సూక్ష్మములో మోక్ష మున్నదన్నట్లు "లంఘనము పరమౌషధము కాదా!" ఇది దివ్యౌషధము కాదా? అమృతమువంటిది కాదా? కల్పతరువు వంటిదికాదా? ఔషధములవలె ప్రాణాపాయము కలుగజేయునా? రోగములను వానిచిహ్నములను వృద్ధిచేయునా? వాతమునుగాని, పైత్యమునుగాని, శీతలమునుగాని, ఉష్ణమునుగాని, మలబద్ధమును గాని, వమనవిరేచనములనుగాని, తలనొప్పిని గాని కలుగజేయునా? వగరా? కారమా? చేదా? పులుపా? అసహ్యమా? వ్యాధి హెచ్చి రోగి తలక్రిందు లగునని భయమా? ధనవ్యయ ప్రయాసము లున్నవా? సున్నితమైన ధర్మామీటరు స్టెతస్కోపు కాదా? శ్రేష్ఠమయిన గొప్ప డాక్టరు కాదా? పసిబిడ్డలకు జంతుజాలములకు శ్రేష్ఠమైన స్వాభావికమైన ఔషధము, డాక్టరు కాదా? ఉపవాస మనగా రోగులకు దీర్ఘరోగులకు ఒక విందువంటిది! దేహపరిశ్రమ కూడ అత్యంతావశ్యకము. దానివలన అద్భుతమైన ఫలితము కలుగును.

క్షయ చాల భయంకర మైనదనియు, అంటు వ్యాధియనియు, దాని క్రిములవలన సంక్రమించు ననియు, ఒకరినుండి ఒకరికి ప్రాకుననియు డాక్టర్లు భయపడి, ఇతరులను కూడా అట్లు భయపెట్టుచున్నారు. ఆందోళన, ప్రచారము చేయుచున్నారు. క్షయకంటె జ్వరములే చాల భయంకరమైనవనియు ప్రాణాపాయ మని నా అభిప్రాయము. ఎటులన, నానావిధ దేశములలో నానావిధజ్వరము లంకురించు చున్నవి. వ్యాపించుచున్నవి. తీవ్రరూపము పొందుచున్నవి. కొన్ని వేళలలో చాల మేర వఱకు ప్రాకుచున్నవి. చాలాకాలము వఱకు కూడా ప్రబలు చున్నవి. అనేకులు గురియై బాధపడుచున్నారు.

కొందఱు తటాలుననో త్వరలోనో మరణించు చున్నారు. ఇట్లు జనులు క్షయకు గురియై మరణించు చున్నారా? ప్రతిదినము సంవత్సరము పొడుగునను అనేకులు జ్వరముల కెరయై బాధపడి కొందఱు మరణించు చున్నారు. క్షయచే జను లట్లు మరణించు చున్నారా? కొన్ని జ్వరములు తటాలున వృద్ధియై అపాయకరమైన టైఫాయిడు, న్యుమోనియా జ్వరములుగా పరిణమించి అనేకులు అకాల అకస్మాత్తు మరణములు పొందుచున్నారు. ఇట్లు క్షయచే జనులు మరణించు చున్నారా? మన హిందూదేశములో 1918 వ సంవత్సరమున ఇన్‌ఫ్లూయంజా అను భయంకరమైన జ్వర ముద్భవించి పిల్లలను, పెద్దలను, యువకులను, యువతులను, బాలురను, బాలికలను, స్త్రీలను పురుషులను, అనేకులను తనపొట్టను పెట్టు కొనెను. ఎన్నేండ్లు గడచిన ఇట్లు క్షయచే జనులు గతింతురు? కాన, ఏది అపాయకర మైనది? భయంకరమైనది? క్షయయా లేక జ్వరములా? ఏవ్యాధికి జనులు యెక్కువగా గురియై బాధపడి మరణించుచున్నారు? గ్రమనింపుడు. ఒక పల్లెయొక్కగాని, గ్రామము యొక్కగాని, పట్టణముయొక్క గాని, దేశము యొక్కగాని, లేక ఖండము యొక్కగాని, ప్రపంచముయొక్క గాని మరణసంఖ్య గమనింపుడు. ఏవ్యాధికి జనులు యెక్కువగ గురియై బాధపడి మరణించు చున్నారో తేటతెల్లమగును. కొన్ని జ్వరములు త్వరగ వాసిగానియెడల ఇతర వ్యాధులుగ పరిణమించు చున్నవి.

కొన్ని జ్వరములు క్షయకు కూడ కారణ మగుచున్నవి. కొందఱు రోగులు జ్వరముచే బాధపడి,పడి,క్షయరోగు లగుచున్నారు. ఎటులన, జ్వరము త్వరగ కుదరనియెడల శ్వాస కోశములకు జబ్బు కలుగుచున్నది. క్రమ క్రమముగా శ్వాసకోశములు చెడుచున్నవి. తత్ఫలముగ గళ్ళక్రిము లుద్భవించు చున్నవి. జీర్ణకోశము చెడి, రోగి బలహీనుడుగను, శల్యావశిష్టుడుగను, రక్తహీనుడుగను ఏర్పడు చున్నాడు. కొందఱు హెచ్చుగనో తక్కువ గనో రక్తమును క్రక్కుదురు. తత్ఫలముగ క్షయరోగి యని పేరిడబడు చున్నాడు. ఇట్లు సంభవించుట లేదా? మనము చూచుటలేదా? గమనించుట లేదా? వినుట లేదా? క్షయ, దానిచిహ్నములు, దానికారణములు మనము గ్రహించ జాలమా? అద్దమువలె గోచరించుట లేదా? క్షయను దానిచిహ్నములను కనుగొనుటకు నివారణకు డాక్టర్లు, ఔషధములు, ధర్మామీటరు, స్టెతస్కోపు, యక్సురే యంత్రము కావలెనా? విషయసందర్భమును

బట్టి క్షయను గురించి సంగ్రహముగ విమర్శించితిని.

"గోటితో పోవుదానికి గొడ్డలెందు" కన్నట్లు మనము కొంచెము జాగ్రతగ నుండిన మన జీవిత కాలములో మనము జ్వరములకు గురి కాము. ఎట్లన, కొంతకాలమువఱకు అల్ప పైత్యము చేతనో, అల్పవాతముచేతనో, శీతలము చేతనో, ఉష్ణముచేతనో వమన విరేచనములచేతనో, తలనొప్పిచేతనో, మల బద్ధకముచేతనో, ఒడలు నొప్పులచేతనో లేక వాని చిహ్నముల చేతనో బాధపడక జ్వరములకు తటాలున యెరయగు టరుదు. ఆ చిహ్న కాలములో వాతపదార్థము మానినగాని లేక తగు దేహపరిశ్రమ పొందినగాని లేక రాత్రులందు ఒకటి రెండు పూటలు ఉపవాసము చేసిన ఆ లక్షణములు అదృశ్యమగును. లేకున్న అవి జ్వరములుగనో, మలేరియాగనో, టైఫాయిడు, న్యుమోనియగనో, క్షయగనో పరిణమించును. ఇట్లాచరించిన వ్యాధులు మరణములు మనకు భయపడవా? మనము వాటికి భయపడవలెనా? మనము గొప్పవైద్య నిపుణులము కాజాలమా?

సామాన్య జ్వరకాలమందు, టైఫాయిడు, న్యుమోనియా కాలమందు అవి అదృశ్యమగువఱకు లేక చాలభాగము తగ్గువఱకు రోగి పూర్తి ఉపవాసము చేయవలెను. ఆరోగ్యము జీర్ణశక్తి, దేహపరిశ్రమ హెచ్చుకొలది ఆహారమును క్రమక్రమముగ హెచ్చించవలెను. ప్రారంభమున ఫలాదులు అనగా నారింజ పండ్లు శ్రేష్ఠము. ఇట్లాచరించుటవలన అనేక విషజ్వరములు వాసియైనవి.

ఇట్లాచరించక పలు మా ఱు ఔషధములు, ఆహారము స్వీకరించిన జ్వరములు అంటు వ్యాధులే, భయంకరమైనవే, నివారింప రానివే! నిజమే, సత్యమే!

ఇతరులు డాక్టర్లుకారు. జనులే నిజమైన డాక్టర్లు. ఎట్లన, జనులేగదా రోగములచేతను వాని చిహ్నములచేతను బాధపడువారు. కాన, జనులు రోగములను వాటి చిహ్నములను కనుగొనలేరా? గ్రహించజాలరా? రోగములను వాటి చిహ్నములను గ్రహించుటకు డాక్టర్లు, ధర్మామీటరు, స్టెతస్కోపు కావలెనా? వాని చికిత్సకు నివారణకు డాక్టర్లు ఔషధములు కావలెనా? డాక్టర్లు తమకు సంభవించు వ్యాధులను వాటి చిహ్నములను కనుగొనజాలక, బాగుచేసికొనజాలక అనేకులు దీర్ఘరోగులై నానావిధములుగ బాధపడి అనేకులు అకాలములో మరణించుచున్నారు. కొందఱు తటాలున మరణించుచున్నారు. ఇట్లుండ, ఇతరుల రోగములను వాని చిహ్నముల నెట్లు గ్రహించి చికిత్సచేసి రోగుల నెట్లు బాగుచేయగలరు? పరిహాసము కాదా?

ఇట్లాచరించిన రోగములు, ఔషధములు, డాక్టర్లు, చికిత్సాలయములు అదృశ్యము కావా? స్థలవిస్తరభీతిచే సంగ్రహముగ విమర్శించితిని.

వివిధ జ్వరములు (DIFFERENT FEVERS)

డా॥ పాలపర్తి నరసింహారావు, N. D. వేటపాలెం

జ్వరమనగా శరీర సంబంధముగగాని, మానసికముగగాని దేహము బాధపడుచున్నదని తెలియజేయు బాహ్యలక్షణము. ఇది ప్రత్యేకమైన వ్యాధి గాదు. సాధారణముగ తరుణ వ్యాధు లన్నిటిలోను కొద్దిగనో, గొప్పగనో శరీరమున జ్వర ముండియుండును. సామాన్య శైత్యభారము చేసినను జ్వరము వచ్చును. స్ఫోటకము, ఆటలమ్మ, రక్త విరేచనములు, ప్లేగు, వ్రణములు, కామిల, సంధి వాతము మొదలగు తరుణవ్యాధు లన్నిటిలోను జ్వర ముండితీరును. అంతరావయవములలో వేరు రోగము బాధించుచున్నదని తెలియజేయు బాహ్యలక్షణమేగాని, ప్రధానవ్యాధి గాదు. జ్వరములు పలుతెరగు లనియు వాని మూల కారణము చక్కగ యోచించి చికిత్స చేయ వలయు ననియు ఆయుర్వేద వైద్యుల అభిప్రాయము. జ్వరములను అనేకులు అనేక తరగతులుగ విభజించిరి. అవి వాత, పిత్త, శ్లేష్మ, వాతపిత్త, వాతశ్లేష్మ, పిత్తశ్లేష్మ, సన్నిపాత, సంతత, సతత, అన్యేద్యు, త్ర్యాహిక, చాతుర్థిక, అభిచార, గ్రహావేశ, శాప, శ్రమ, దాహ, ఘాత, అంగచ్ఛేద, కామ, భీతి, దుఃఖ, రోష, విషసంయోగ, ఔషధ గంధములని 25 తరగతులుగ నుండునని ఆయుర్వేదమున వివరింపబడినవి.

1. వాతజ్వరములు:— వాతాధిక్యమువలన గలిగినవి. వీనియందు మలబంధము, కడుపుబ్బరము, ఆవలింతలు, అరుచి, కంఠము, పెదవులు ఎండిపోవుట, నిదుర రాకపోవుట, శిరము హృదయము నొచ్చుట మొదలగునవి ప్రధాన లక్షణములు.

2. పిత్త జ్వరములు:— పిత్తాధిక్యము వలన గలిగినవి. వీనియందు అతిసారము, నిదుర భంగము, వాంతి, తరుచు మాటలాడుట, నోరుచేదు, దాహము, చెమటలుపోయుట, మలమూత్రములు, కండ్లు పచ్చగ నుండుట మొ॥ లక్షణములతో కూడియుండును.

3. శ్లేష్మజ్వరములు :— శ్లేష్మాధిక్యతవలన గలిగినవి. వీనియందు దగ్గు, పడిసెము, వాంతి, గగుర్పాటు, అతినిద్ర స్వల్పముగు చెమట, శరీరభారము, మొదలగు లక్షణములు ప్రధానలక్షణములు.

4. వాత పిత్త జ్వరములు: ఈ జ్వరములయందు కొన్ని దినములు మలబద్ధము, కొన్ని దినములు అతిసారము ఉండును.

5. వాతశ్లేష్మజ్వరములు:—వాతజ్వర లక్షణములు కొన్నియు, శ్లేష్మజ్వరలక్షణములు కొన్నియు కలిసియుండును.

6. పిత్తశ్లేష్మజ్వరములు:— పిత్తజ్వర లక్షణములు కొన్నియు, శ్లేష్మజ్వర లక్షణములు కొన్నియు కలిసియుండును.

7. సన్నిపాతజ్వరములు:— వాతపిత్త శ్లేష్మములు మూడును ప్రకోపించుటవలన గలిగిన జ్వరములు. ఇవి 13 విధములనియు, అందు 6 సాధ్యములనియు తక్కినవి అసాధ్యము లనియు ఆయుర్వేదవైద్యుల అభిప్రాయము.

8. సంతతజ్వరములు:—7 దినముల కాలమైనను, 10 దినముల కాలమైనను, 12 దినముల కాలమైనను ఒక క్షణకాలముకూడ విడువకుండు జ్వరము సంతతజ్వర మనబడును.

9. సతతజ్వరములు:—పగటియందు అధికముగ నుండి, సాయంకాలమున శమించి, మరల రాత్రియందు వేగముగ నుండునవి.

10. అన్యేద్యు జ్వరములు:—అహో రాత్రములలో నొక పర్యాయము వచ్చు జ్వరములు.

11. త్ర్యాహిక జ్వరములు:—ప్రతి మూడవ దినమున వచ్చునవి.

12. చాతుర్థిక జ్వరములు:—ప్రతి నాల్గవదినమున వచ్చెడు జ్వరములు.

13. అభిచార జ్వరములు: క్రూరగ్రహాదులను ప్రయోగించుట వలన జనించునవి. (శాతపూడివలన)

14. గ్రహావేశజ్వరములు:—భూతప్రేత పిశాచాదులు సోకుటవలన గలుగు జ్వరములు. వీనియందు అపస్మారము, వెఱ్ఱిచూపులు చూచుట, మిక్కుటముగ తినుటయం దిచ్ఛ, పాడుట, నవ్వుట, ఆడుట, తంద్రి మొ॥వి వీని లక్షణములు.

15. శాపజ్వరములు:—ఋషులు మొ॥ వారి శాపములవలన జనించునవి.

16. శ్రమజ్వరములు:—అధికమైన శారీరక మానసికశ్రమవలన గలిగిన బడలికవలన గలుగును. నాటకములు వేయుటకు, హరి కథలు చెప్పుటకు నిద్రకాయుట వలనను, పరీక్షకు తయారగు విద్యార్థులు రాత్రిళ్లు నిద్రకాయుటవలనను, రోగులకుపచారము చేయువారికి విశ్రాంతి లేక గలిగిన బడలికవలనను, శక్తికిమించిన కాయకష్టమువలనను ఈ జ్వరములు వచ్చుచుండును.

17. దాహజ్వరములు:— సర్వాంగతాపము, అతిదాహము, నోరెండుట, అసంగతముగ మాటలాడుట, మొదలగునవి ఈ జ్వర లక్షణములు.

18. ఘాతజ్వరములు:— దెబ్బలు తగులుట వలన గలుగునవి.

19. అంగచ్ఛేదజ్వరములు:— తీవాటువలన శరీరమందేభాగమైన తెగుటవలనగలిగినవి.

20. కామజ్వరములు:—విపరీతమైన కామోద్రేకమువలన గలుగును. ఈ జ్వరములందు చిత్తచలనము, తంద్రి, ప్రేలుమాలిక, మనోవేదన యుండును.

21. భీతిజ్వరములు:—చీకటిలో త్రాడుచూచి పామని భయపడుట, దొంగయని భయపడుట మొ॥ వానివలన గలుగునవి.

22. దుఃఖజ్వరములు:— భార్య పోయియో, భర్త పోయియో, ప్రియమైన బిడ్డ పోయియో పొందెడి విపరీతమైన మనోవేదనవలన గలుగునవి.

23. రోష జ్వరములు:— ఎవరినైన హత్య చేయవలెనని పడు మనోవేదనవలన గలుగును. వీనియందు వణకు ప్రధాన లక్షణము.

24. విషసంయోగ జ్వరములు: ఆత్మహత్య చేసికొనుటగాని, గర్భములు పోగొట్టుకొనుటకుగాని విషములను మ్రింగుటవలన

గలుగునవి. వీనియందు ముఖము నల్ల
బారుట, అతిసారము, అరుచి, దప్పి,
మొదలగునవి ప్రధాన లక్షణములు.

25. ఔషధ గంధజ్వరములు:—ఉగ్రములగు
ఓషధులను మూర్కొనుటచేత గల్గిన జ్వర
ములు. వీనియందు మూర్ఛ, తలనొప్పి,
వాంతి, తుమ్ములు మొ॥వి లక్షణములు.

పై జ్వరములలో 1 మొదలు 12 వరకు సన్ని
పాత జ్వరములనియు, 13 మొదలు 15 వరకు
ఆగంతుకజ్వరము లనియు, 16 మొదలు 19
వరకు అభిఘాతజ్వరము లనియు, 20 మొదలు
25 వరకు అభిషంగజ్వరము లనియు ఆయు
ర్వేదమున వివరింపబడినవి. 1 మొదలు 12
వరకు వ్రాయబడిన జ్వరములు వాతపిత్త
శ్లేష్మాధిక్యతలవలన గలిగినవి. అనగా ఆహార
విహారములలోని లోపమువలన గలిగినవి.
వీనియందు రోగపదార్థము శరీరమున పేరు
కొని మందమై జ్వరములు కలుగుచుండును.
కామ, భీతి, రోష, దుఃఖ మొదలగు
వికారములవలన పొత్తికడుపునందు నిలువ
యుండు రోగపదార్థములలో మందోత్పత్తిని
చేయును. లేదా వానివలన శరీరమందు
విపాదు లుత్పత్తియగును.

ఎవరైనా ఒక జ్వరరోగి వైద్యునియొద్దకు
పోగానే, జ్వరభేదమును గుర్తించకయే, నల్ల
వుండో, తెల్లవుండో చేతిలో బెట్టి సాగ
నంపును. అల్లోపతి వైద్యశాలకు రోగివెళ్ళి "జ్వర
మండి" అని చెప్పి చెప్పకముందే డాక్టరు
గారు చీటీవ్రాసి ఏవిషమో సీసాలో బోసి
పంపుతారు. పాపభీతిగలిగి, దేశక్షేమము
కొరకు పాటుపడు సద్వైద్యు డెన్నడట్లు
చేయడు. అన్నిజ్వరములలో శరీరవేడిమి ఒకటి
మాత్రము సామాన్యలక్షణముగాని, వాని
కారణములు వివిధములై యున్నవి. ఒకనికి
కామజ్వరము వచ్చినదనుకొనుడు. ఆజ్వరకారణ
మా రోగికి తెలియవచ్చును గాని, ఇతరుల
కతని బాధ చెప్పడు. అందువలన అతని తలి
దండ్రులు వైద్యుని పిలిచి చూపించెదరు.
వైద్యు డతని జ్వరలక్షణములను గుర్తించి
కారణమును దెలిసికొనక, ఏ విషమో నిర్ణ
యించుట ఎంత ప్రమాదకరమో యోచిం
పుడు. కామజ్వరములలో చిత్తచలనము,
తంద్ర, ప్రేలుమాలిక, మనోవేదన యుం
డును. ఈ లక్షణములతో కూడియున్నపుడు
వైద్యుడు రోగితో రహస్యముగ మాటలాడి,
యథార్థమును తెలిసికొని, బ్రహ్మచారియైన
వివాహము చేసికొమ్మనియు, విధవయైన-చో
సాత్వికాహారముల దినుమనియు, శీతలోప
చారముల వలన ఉడుకెత్తిననాడీ కేంద్రము
లను శాంత పరచుటయు, ఆధ్యాత్మిక జీవన
మును ప్రోత్సహించుటయు చేసిన యెడల
ఆతని జీవితమును ధన్యము గావించిన వా
డగును.

ఒకానొకవిధవ గర్భవతియై గర్భమునుపోగొట్టు
కొనుటకు గాని ఆత్మహత్య చేసికొనుటకుగాని
విషము మ్రింగవచ్చును. దీనివలన గలిగిన
జ్వరకారణము రోగికి తెలియును గాని ఇతరు
లకు యథార్థము చెప్పదు. ఇట్టి కేసులు
వైద్యుని యొద్దకు వచ్చినపుడు లక్షణములను
చక్కగా గుర్తించ వలెను. ఇట్టి జ్వరములలో
ముఖము నల్లబారి యుండును. అతిసారము,
అరుచి, అతిదాహ ముండును. ఈలక్షణము
లున్నపుడు ఆమె జీవితచరిత్రను బాగుగ
విచారించి జ్వరకారణమును గుర్తించవలెను.



జ్వరములలో వెంటనే వమనములగుటకు తగిన ప్రక్రియల నుపయోగించ వలెను. జలధౌతి చేయుట శ్రేష్ఠము. ఆ సాధన లేనపుడు వేడినీరు త్రాగించి కంఠములోనికి వేళ్ళను చొప్పించి కక్కించ వలెను. ఎనిమా సాధన వలన మలశోధన చేయవలెను. బాష్ప స్నానములవలనగాని ఆతపస్నానములవలన గాని చెమట పట్టించవలెను. జ్వరలక్షణములు పూర్తిగ శాంతించు వరకు ఘనపదార్థము లేవియు ఇవ్వరాదు. మంచినీరు త్రాగించుచు సంపూర్ణ ఉపవాసము చేయించుట శ్రేష్ఠము. జ్వరరోగియందు అపస్మారము, వెఱ్ఱిచూపులు జూచుట, మిక్కుటముగ దినుటయం దిచ్ఛ, పాడుట, నవ్వుట, ఆడుట, తంద్రి మొదలగు లక్షణములు గుర్తింప బడినచో అది భూత ప్రేతపిశాచాదులు సోకుటవలన గలిగినదని గ్రహించి గ్రహశాంతి చేయించవలెను.

రోగికి ప్రబలవిరోధు లెవరైన గలరేమో తెలిసికొని పిచ్చిదయ్యములుగాని, శాతపూడి మొదలగు ప్రయోగములనుగాని చేసినారేమో బాగుగ యోచించవలెను. అతని జీవిత చరిత్రను ఇతరుల నడిగి తెలిసికొనవలెను. పిచ్చిదయ్యములను సాతపూళ్ళను యీ కాలములో చాలమంది నమ్మలేరు. నేనును ఇది వరలో నమ్మువాడను గాను. నేను కనులార చూచి నమ్మిన విషయము నొకదానిని వ్రాయుచున్నాను. 16 సం॥ల యీడుగల నా ఆప్తబంధు వొకడున్నాడు. ఈ పిల్లవాని పెద తండ్రి కరణమై సంతతిలేక చనిపోయినాడు. ఆ కరిణీకమునకు యీ పిల్లవాడు వారసు. ఈపిల్లవాని పెదతండ్రి (మరణించిన కరణము) భార్యకును యీ పిల్లవాని తల్లిదండ్రులకును విరోధము. అందుచే కరిణీకము యీ పిల్లవానికి దక్కకుండ చేయవలెనని తన మగడు దత్తుచేసు కొనినా డనియు ఆ దత్తుకుమారుడే కరిణీకమునకు హక్కుదారు డనియు కొందరు గ్రామస్థుల సహాయముతో వదంతి పెట్టినది. అందు పైకరణముభార్యకును యీపిల్లవాని తండ్రికిని గొప్పవ్యాజ్యము జరిగినది. విచారణ సాంతము కాకముందే స్కూలుఫైనలు చదువుచున్న యీ పిల్లవానికి ప్రళయమైన జ్వరము ప్రారంభించి అందులో పిచ్చిమాటలు, వెఱ్ఱిమాటలు, ఇతరులను కొట్టబోవుట మొ॥ పిచ్చిలక్షణము లేర్పడినవి. మొదట సామాన్య జ్వరమేనని నాటువైద్యులయొద్ద చికిత్స చేయించిరి. జ్వరము తగ్గినదిగాని పిచ్చిధోరణి తగ్గ లేదు. రోజుకు రోజుకు పిచ్చి చేష్టలు విపరీతమైనవి. వ్యాజ్యములో ఎక్సుపార్టివారు (లేట్ కరిణంభార్య) ఈ పిల్లవానికి పిచ్చియనియు కరిణీకమున కనర్హు డనియు, కోర్టువారికి పిటీషన్ పెట్టిరి. అందుపై కోర్టువా రా పిల్లవానిని కోర్టులో హాజరు పెట్టమనిరి. ఏలాగైనా పిచ్చి ధోరణి తగ్గిన తరువాత హాజరు పెట్టవచ్చునని వాయిదాలు కోరుచు ఆరుమాసములు గడిపిరి. ఆరుమాసములకు గూడ ధోరణి తగ్గలేదు. కోర్టువారు వాయిదా లివ్వ మనిరి. ఎక్సుపార్టివారు చేయించిన ప్రయోగములై యుండు నని యూహించి గత్యంతరము లేక వ్యాజ్యము వదులుకొనిరి. లేటుకరణం భార్య దత్తుకుమారునికి కరిణీకము ఖాయపడినది. తరువాత 15 దినములలో ఈ పిల్లవాని పిచ్చి నయమై ఇప్పటివరకు సుఖముగ నున్నాడు. కాబట్టి ఈ విధముగ రోగులు వైద్యుని యొద్దకు పోయినపుడు కారణము గ్రహింప

జాలక రసవిషాదులు పోసినచో "ఒంటేలికి వెళ్ళిన రెండేళ్ళకు వచ్చిన"దను సామెతగా ఉన్న రోగమునకు ఉపరి రోగమొకటి వెంబడించును. కారణ మరయక పోయు రసవిషాదులెంత ప్రమాదకరమో యోచించండి:

ఒకానొక నటకుడు బ్రాందిత్రాగి, కాఫీత్రాగి, టీత్రాగి, తెల్లవార్లు నాటకమాడును. అట్టి బడలికవలన జ్వరము రావచ్చును. ఇది శ్రమజ్వరమందురు. ఈ పరిస్థితులలో రోగికి లఘు భోజనముల నిర్ణయించి సంపూర్ణ విశ్రాంతి నీయవలె గాని చేతికి చిక్కిన మందుల నుపయోగించ రాదు. కాబట్టి జ్వరములకు వివిధ కారణము లుండును గనుక ఆయుర్వేద వైద్యులు వారి యభిప్రాయములను ధన్వంతరి గ్రంథము నందిట్లు వ్రాసియున్నారు. జ్వరమున కౌషధము కొందరు 7 దినములకు పిదప నీయవలయు ననియు మరి కొందరు 10 దినములకు పిదప నీయవలయు ననియు చెప్పుదురు. 7 దినముల లోపలనే జ్వరమున కౌషధ మిచ్చిన నది విషతుల్యమై రోగిని జంపును. అనగా గాఢౌషధముల వాడకుండుట ఘనవైద్యుల ఆచారమై యున్నది. కాబట్టి ఔషధముల నిచ్చుటలో వైద్యుడు చక్కగ యోచించి నిర్ణయించ వలెను. ప్రకృతి వైద్యునికి ఉపవాసము, ఎనిమా, శీతలోపచారములు దివ్యౌషధములు గనుక, ఎట్టి జ్వరములో నైనను వీని నాచరించిన ప్రమాదము లేదు.

ఉపవాసము శారీర మానసిక విశ్రాంతి నొసంగును. కనుక సమస్తజ్వరములలోను దాని నాచరింప దగును. శీతలోపచారములు ఉడుకెత్తిన నాడీకేంద్రముల నుపశాంతి పరచును గనుక అవియు నిరపాయములు. మనోవేదన వలనగాని అధిక కాయకష్టము వలనగాని దుఃఖము వలనగాని శరీరమం దుత్పత్తియగు విషాదులను తొలగించుటకు ఎనిమా చాల ఉపకారము చేయును. ఈ ప్రకృతి చికిత్సలు నిరపాయములుగనుక జ్వర కారణము గ్రహించు లోపల వీని నాచరించినను ప్రమాదములు గలుగవు.

పైన వివరించిన వివిధజ్వరములే గాక పురాణ జ్వరములు (దీర్ఘజ్వరములు) వేరు విధములు. ఈ దీర్ఘజ్వరములకు తరుణజ్వరచికిత్స లాచరించిన రోగి మరణించును. వీని యందును సరియైన కారణములు గ్రహించి తరువాత చికిత్సలు ప్రారంభించ వలెను. నా యనుభవములో నొక చరిత్రను వ్రాయుచున్నాను. ఒకానొక పిల్లవానికి జ్వరము ప్రారంభమైనది. ఆంగ్లేయ వైద్యులు టైఫాయిడ్ అని నిర్ధారణచేసిరి. ఈ పిల్లవాని తండ్రి ప్రకృతి వైద్యాభిమాని లగుటచే ఎనిమా, ఫలరసములు, కటి లింగస్నానములతో చికిత్సప్రారంభించిరి. నెల గడచినను జ్వరము తగ్గలేదు. రోగి క్రమముగ క్షీణించిపోవు చుండెను. అప్పుడు వారికి చికిత్స జరుపు కొనుటలో ధైర్యము చాలక నన్ను తీసికొని వెళ్ళిరి. రోగికి జ్వరము తప్ప ఇతర చెడులక్షణము లేవియు కనిపించ లేదు. నేనుకూడ మొదట టైఫాయిడ్ జ్వర మనియే భావించితిని. గత మాసములో రోగికి పాలు మొదలగు ఆహార మిచ్చుచుండవచ్చుననియు అందువలనజ్వరము తగ్గ లేదనియు ఊహించి సంపూర్ణ ఉపవాసము చేయించుటకు ప్రయత్నించితిని. కష్టము మీద రెండు దినములు చేసినాడు గాని ఆకలికి తాళజాలక పోయెను. అంతట

బాగుగ యోచించితిని. టైఫాయిడ్ జ్వరమే యైనచో, రోగి తాళలేనంత ఆకలి యుండదు. జ్వరము పూర్తిగ నార్మలుకు వచ్చిన గాని సహజమగు నాకలి గలుగదు. నా యనుభవములో ఎంత తీవ్రమగు టైఫాయిడ్ జ్వరమైనను, 15 దినముల సంపూర్ణ ఉపవాసమునకు లొంగి తీరునని నా ధైర్యము. ఇచ్చట పరిస్థితులు చాల భేదించుటచేత, రోగి యొక్క పూర్వచరిత్రను బాగుగ తెలిసికొంటిని. అతని తల్లి క్షయవ్యాధివలన మరణించినట్లు చెప్పిరి. ఆ పిల్లవాడు తనకు షుమారొక సంవత్సరమునుండి శరీరము అతి వేడిగ నుండెననియు, క్రమముగ ఉత్సాహము తగ్గుచు, శక్తి క్షీణించెననియు చెప్పెను.అందుపై ఆతని జ్వరము తరుణ మైనది గాదనియు, దీర్ఘజ్వర మనియు నిర్ధారణచేసికొంటిని. దగ్గు అసలే లేనందున క్షయ యని ఊహించుటకు వీలైనదిగాదు. అంతట పిల్లవాని తండ్రితో క్షయ ప్రారంభదశలో నున్నదని నచ్చజెప్పి చికిత్సా విధానమును వెంటనే మార్చితిని. దీర్ఘ జ్వరములలో దీర్ఘోపవాసములు ప్రమాదకరముగాన, అతనికి ఉదయము 8 గంటలకు ఆవుపాలును, (పచ్చివి) 11 గం॥ 10 తులముల గ్రహం రొట్టెయు దానితో 20,30తులములు ఉడికించిన కాయగూరలునూ, రాత్రి 8 గం॥ బత్తాయి, కమల, ద్రాక్ష వగయిరా తియ్యనిరసవంత మగు ఫలములును ఇప్పించితిని. ఉదయము 5-30 గం॥లకు 10 ని॥లు లింగస్నానమును నిత్యము ఉదయము 10 గం॥లకు వెన్నతో శరీరమంతయు మర్దనచేసి, నలుగుపెట్టి అభ్యంగస్నానమును సాయంకాలము 4-30 గం॥లకు ఆదిత్యపేటికలో ఊదా వర్ణములో 10 ని॥లు సౌమ్య ఆతప స్నానమును, ఆ వెంటనే 5, 6 ని॥లు శీతలోదక కటిస్నానమును చేయించితిని. ఈ విధముగ చికిత్స చేయగా 40 దినములలో జ్వరము తగ్గి ఆరోగ్యవంతు డాయెను.

కాబట్టి జ్వరము లనేకరకము లనియు, అన్నిటియందును శరీరవేడిమి సమానమైనను, కారణములు వివిధములనియు ఏజాతికి జెందినదో తెలిసికొనక చేయు చికిత్సలు చాల ప్రమాదకరమనియు, తెలిసికొని చికిత్స చేయవలెను.

ఆకు, వక్క

(సత్యమ్)

ఆకూ, వక్కా అలవాటు తూర్పు దేశములలో చాలా రోజులనుండీ ఆచరణలో నున్నట్లు తెల్పుచున్నది. పదమూడవ శతాబ్దములో హిందూ దేశమునకు వచ్చిన మార్కోపోలో హిందూ దేశములోని పాటకజన మంతా తమలపాకులను ధారాళముగా వేసుకొంటారని తన గ్రంథములలో వ్రాసెను. తరువాత శతాబ్దములో వచ్చిన ఒర్బోసా, ఆకూ, వక్కను గూర్చి యెక్కువగా చెప్పినాడు. ఆకూ, వక్కా వేసికొనిన యెడల, జీర్ణక్రియ బాగుగా జరుగునని, మనసు నిర్మలముగా నుండుననీ, దాహము తగ్గుననీ చెప్పినాడు. తాంబూలములో వాడు సుగంధద్రవ్యముల మీద ప్రభుత్వమునకు ఆదాయము యెక్కువగా వచ్చునని చెప్పాడు.

ఈ నిదర్శనములబట్టి తాంబూలం వేసికొనుట ఆరు యేడు శతాబ్దముల క్రిందట నుండి అలవాటుగా నున్నట్లు తెలియుచున్నది. ఇది హిందూ దేశములోని అన్ని భాగముల లోను అమలులో నున్నది. మలయా, ఈజిప్టు, పాలస్తీనా, ఇరాక్, అరేబియా, తూర్పు, పడమర ఆఫ్రికా దేశవాసులలోను యీ అలవాటు గలదు.

ఇన్ని శతాబ్దములనుండీ ఉన్న యీ అలవాటు వలననే అంతర్వ్రణములు పుట్టుచున్నవని పాట్నా రేడియమ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ వారు చెప్పుచున్నారు. నూటికి యేబది మందిలో యీ అలవాటు వలననే అంతర్వ్రణములు పుట్టుచున్న వనుచున్నారు.

ఆకు, వక్క, సున్నమును కలిపి నమలుట వలన లాలాజలమునకు ఎరుపురంగు వచ్చును. ఈ తమ్మను నోటిలో చాలా కాలము నిలవఉంచుతారు.

పాట్నా రేడియమ్ ఇన్‌స్టిట్యూట్ వారు చెప్పిన యీ క్రొత్తవిషయమై అమెరికా, ఐరోపా దేశములలో పరిశోధనలు జరిగినవి. వీటి ఫలితముగా ఆకు వక్కలో వాడు సున్నమువలన యీ అంతర్వ్రణములు పుట్టుచున్నవని తెలిసికొన్నారు. ఆకు, వక్కను వాడరాదని నిషేధించుటకన్న సున్నములోని లోపములను తొలగించుటకు ప్రయత్నించుట యుక్తము. లోపము లేని మరొకవస్తువును వాడ మని చెప్పుటయు సమంజసమే.

ఆకూ, వక్కలో యిది ఒక్కటే లోప మున్నట్లు చెప్పుచున్నారు. సారాయి, గంజాయి, పొగాకు, నల్లమందు మొదలగు నిషా వస్తువులకన్న యిది తక్కువ హానికర మని అందరూ ఒప్పుకొన్న విషయమే. ప్రతిదినమూ ఆకు, వక్క నమలినందువలన పళ్లూ, చిగుళ్లూ నల్లబడును. ఈ నలుపును సౌందర్య చిహ్నముగా కవులు పేర్కొన్నారు. ఆడా, మగా విచక్షణ లేకుండా వీటిని అందరూ సేవిస్తారు. శుభాశుభముల రెంటిలోనూ ధారాళముగా వాడుతారు. గౌరవచిహ్నముగా భావిస్తారు.

ప్రజల రోగారోగ్యముల రెంటికిసీ అవసరమైన యీ ముఖ్యవిషయమై ప్రభుత్వము వారు పరిశోధనలు జరుపుదురు గాక.

సినికా నిదానము
(కాపీ రైటు)

మృత్తింటి ఆంజనేయులు

౧

మానవ దేహములో నెన్ని అవయవములు గలవో అన్ని అవయవములకును వేరువేరు జబ్బులు వచ్చునని అలోపతీ వైద్యమువారు చెప్పుదురు. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము కంటికి సంబంధించిన జబ్బులు వేరు. కాలికి సంబంధించిన జబ్బులు వేరు. ముక్కుకు సంబంధించిన జబ్బులు వేరు. నోటికి సంబంధించిన జబ్బులు వేరు. ఇవన్నియు నెన్నటికి కలియవు. వేటితోవ వాటిదే. దీనికి నిదర్శనము కావాలంటే - బస్తీలలోనేమి, పల్లెలలోనేమి, కంటివైద్యము నిపుణులు, ముక్కు వైద్య నిపుణులు, సుఖరోగ నిపుణులు, బయలు దేరారు. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము యే అవయవపుజబ్బు ఆ అవయవమునకు సంబంధించినదే. ఈ జబ్బుపడిన అవయవమునకు మిగిలిన దేహమునకును యేమియు సంబంధములేదు అందువలననేకాబోలు స్వప్న స్ఖలనముతో బాధపడుతుంటే- జాలద్రవములు యెక్కువగా ఊరుచున్నవి. వాటిని విడుదల చేయుట అవసరముగాన సంభోగము జరుపమంటారు, అలోపతీ వైద్యులు. ఈ స్వప్న స్ఖలనమునకు అజీర్ణము మూలమని యెరుగరు. తినిన ఆహారమంతయు రక్తముగా మారుట లేదనియు, రక్తముగా మారుటకు అవసరమైన (బియ్యపుపిండివంటి) మొదటిధాతువే స్వప్నకాలమునందు బయటకు వెడలిపోవు చున్నదనియు తెలిసికొనరు. శ్వాసాశయ క్షయతో బాధపడుతుంటే దేహములోబలము తక్కువగా నున్నదనియు, బలకరము లగు కోడిగుడ్లను మాంసమును తినమంటారు.

ప్రకృతి వైద్యమన్ననో, దేహము నంతటను ఒకటే సమస్త పదార్థముగా భావించును. వీరి అభిప్రాయము ప్రకారము దేహము అతుకుల బొంత కాదు. దేహమంతయు ఒకే సమస్త పదార్థము గాన యే ఒక భాగమునకు జబ్బు చేసినా మొత్తమున కంతకూ జబ్బుచేసినట్లే భావించి మొత్తమునకే వైద్యము చేయవలెనంటారు. ఆవైద్యమైనా యేమంటే ఆరోగ్య సూత్రములను విధిగా ఆచరించుటయే.ఆరోగ్య విధులను ఆచరించి నందువలన రోగపదార్థమునకు ప్రాపులేక తనంతటదియే అంతరించును. మానవదేహములో అనేక అవయవములున్నవి. అందులోని ప్రతి ఒక అవయవమునకును వివిధమైన జబ్బులు వచ్చును

ఇందులోని ప్రతి ఒక జబ్బునకును అనేకములగు మందులు గలవు

మానవ దేహమునకు వచ్చు రోగము లన్నిటిలోను కొన్ని సమానలక్షణము లుండును. కొన్ని ప్రత్యేక లక్షణము లుండును. విశిష్ట లక్షణముల బట్టి అలోపతీవారు రోగములను నిర్ధారణ చేయుదురు. కాలికి చేయు జబ్బులకు వాడు మందులు వేరు. కంటికిచేయు జబ్బులకు వాడు మందులు వేరు. చెవికి కలుగు జబ్బులకు వాడు మందులువేరు. ఇన్నిరకములగు మందులుండుటచే తొందరపడి యేమందును వాడరు. కంటికి కల్గు జబ్బులను ఉదాహరణముగా తీసికొందాము.

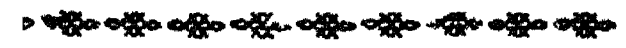
కంటికి అసంఖ్యాకమైన వ్యాధులు కల్గును. ఈ అసంఖ్యాకమైన వ్యాధులలో ప్రతి ఒక రోగమునకును అసంఖ్యాకము లగు మందులు గలవు. అసంఖ్యాకమైన వ్యాధుల కన్నిటికినీ సమానలక్షణములు కొన్ని ఉండును. విశిష్ట లక్షణములు కొద్దిగా ఉండును. సామాన్యలక్షణములు కనుపడగనే మందుల వాడరు. విశిష్ట లక్షణములు కనుపడువరకును వేచివుంటారు. అలోపతీ వైద్యము చిహ్నములనుబట్టియే రోగముల నిర్ధారణ చేయును. విశిష్ట లక్షణములు కనుపడువరకును ఫలానారోగ మని నిర్ధారణ చేయలేరు. రోగమును నిర్ధారణ చేసిన తరువాతగాని మందును వాడరు. నేడు ప్రపంచమునందు అలోపతీ శాస్త్రపరిశోధనకు వెచ్చింపబడు ధన మంతయు రోగముల నిర్ధారణ చేయుటకే వినియోగపడుచున్నది. రోగనిర్ణయము, రోగనివారణ అనునవి రెండును వేరువేరు ఘట్టములు. రోగనిర్ణయము రోగికి పరోక్షముగా మాత్రమే ఉపకరించును. ప్రత్యక్షముగా మాత్రము ఉపయోగించదు. రోగనివారణయే రోగికి కావలయును. ఏరోగమైనదీ, యెందువలన ఆరోగము అట్లు వచ్చినదీ మొదలగున వన్నియు శాస్త్రమునకు సంబంధించిన ప్రశ్నలు. శాస్త్రమునకు సంబంధించిన ప్రశ్న లగుటవల్ల వాటితో వైద్యునకు యెక్కువ సంబంధ ముండును. వైద్యుడు శాస్త్రమును పరిశోధించవలయును. ఈ ప్రశ్నలతో రోగికి యెక్కువగా సంబంధము లేదు.

రోగనిర్ణయమునుగూర్చి రోగియు తెలిసికొనవలసినదే. ఎందుకంటే, తాను చికిత్స ప్రారంభించుటకుపూర్వము యే లక్షణములు గలవో, చికిత్స ప్రారంభించిన రెండు మూడు నెలలకు యేలక్షణములు తగ్గినవో తెలిసికొనిన యెడల అతనికి నమ్మకము వృద్ధి అగును. చికిత్సకు సుముఖుడుగ నుండును.

నేడు వియన్నా నగరములో జరుగు వైద్య శాస్త్ర పరిశోధన లన్నియు రోగములను నిర్ణయించుటకే సాయపడుచున్నవి. అందువలన రోగనివారణకై రోగులకు ఉపయోగపడక వైద్యులకు రోగనిర్ణయములకే సాయపడుచున్నవి అని ప్రఖ్యాత మందువైద్యులే సెలవిచ్చినారు.

ఇన్ని కోట్లరూప్యముల వెచ్చించి జీవితముల ధారపోసినప్పటికినీ రోగములనైననూ సరిగా నిర్ణయించు చున్నారేమో చూద్దాము. వీరు తమ నిర్ణయములు సరిగా నున్నదీ లేనిదీ రోగి మరణించిన తరువాతనే తెలిసికొనగలరు. ఎట్లాగంటే - శవములను కోసిన తరువాత చచ్చుటకు వీరు చెప్పు కారణములును శవము లోని లోపములును సరిపోవలెను. అట్లయిననే వీరి నిర్ణయము సరిగా నున్నదని చెప్పవచ్చును. శవపరీక్షాఫలితముల దృష్టాంతములనుగా తీసికొన్న యెడల మందు వైద్యమువారి రోగ నిర్ణయపద్ధతి యెంత అధోగతిలో నున్నదీ చెప్పగలము.

డాక్టరు కాబట్ గారు సుప్రసిద్ధ మందు వైద్యులు. వీరుచాలా సంవత్సరములు మెసాచుసెట్స జనరలు ఆసుపత్రిలో శస్త్రవైద్యులుగా పనిచేసినారు. ప్రపంచములోని పెద్ద ఆసుపత్రులలో యిది ఒకటి. మనము నిర్ధారణ చేయు రోగమునకును దేహములోని రోగమునకును యేమీ సంబంధము లేదు. దేనిదోవ దానిది. నూటికి యేబదిమూడు కేసులలోనే మనము



చెప్పునవి సరియగు చున్నవి. మిగిలిన నలుబది యేడు కేసులలోనూ మన ప్రయత్నమంతా వ్యర్థ మగుచున్నది. మన ప్రయత్నములు వ్యర్థమగుటయే గాక రోగికి అపకారము జరుగు చున్నది. అన్ని వసతులూ గల పెద్ద ఆసు పత్రులలో జరుగు రోగనిర్ణయమే యింత సందిగ్ధముగా నుంటే మామూలు వైద్యుల రోగనిర్ణయము యెంత అధోగతిలో ఉండేదీ వేరుగా చెప్ప బనిలేదని కాబట్ గారే సెలవిచ్చారు. వైద్యుల కందఱకును తాము చేయు నిర్ణయములు సరిగావని తెలుసును. కాని సత్యము చెప్పిన యెడల తమ వద్దకు రోగులు రారనియు ధనము లభించదనియు భయపడి అసలు విషయమ్మును చెప్పరు. ఈ వైద్యవరు లందఱును తోడుదొంగలే.

అలోపతి వైద్యములో వారి రోగనిర్ణయము యెంత సందిగ్ధముగా నుండేదీ తెలియ గలందు లకు 'ఫిజికల్ కల్చర్'లోని ఒక చిన్న కథను వివరిస్తాను. బెర్నర్ మాక్ ఫెడన్‌గారు యీ మాసపత్రికకు సంపాదకులు. రోగము నిర్ధా రణ చేయుటకు ఒక రోగిని యేడుగురు స్పెష లిస్టు దగ్గఱకు పంపారుట. ఈ యేడుగురు వైద్యవరులును ఆరోగికే యేడురోగములున్న వని నిర్ధారణ చేసినారు. ఎవరికి తోచిన విధముగా వారు సెలవిచ్చారు. ఒకేరోగికి ఒకే రోజున యేడు రోగము లుండుటకు వీలు లేదుగదా! ఈ యేడుగురు బుద్ధిమంతులకును యేడు రోగములు కనబడినవి. అసలు ఉన్న రోగము యీ యేడింటిలో యేఒకటియుగాదు. మందువైద్యమువారి రోగనిర్ణయము యెంత ఆభాసముగా నుండునదీ తెలిసికొనుటకు యీ క్రింది వాక్యములు బాగుగా సహాయ కారులగును. డాక్టరు సి. యల్. వీలరుగారు అమెరికన్ వైద్యమాసపత్రికకు సంపాదకులు. మందువైద్యమువారి ధ్ధతిని గూరి వీ రీక్రిందివిధముగా సెలవిచ్చారు. 'అమెరికాలోనున్న డాక్టర్లందరును పిచ్చివారే. తాము పిచ్చివాళ్ళమని ప్రతిడాక్టరుకును తెలుసును. ఎందుకంటే తాము చెప్పురోగము నకును ఉన్న రోగమునకును యేమియు సం బంధము లేదు. ఈ సంగతిని విని తెలియని వాళ్ళు ఆశ్చర్యపడవలసినదే గాని డాక్టర్లెవ రును ఆశ్చర్య పడరు.'

రోగనిర్ణయమే యింత అధ్వాన్నముగానుంటే యీ నిర్ణయముల నమ్ముకొని వారిచ్చు మందులన్నియు యెట్లుండునదీ చెప్పపనిలేదు. రోగ నిర్ణయము సరిగా నున్నదీ లేనిదీ తెలిసి కొనుటకు పరీక్షయే ప్రమాణము. చావు కూడా అవయవము లన్నియు తూట్లు పడిన తరువాత వచ్చుదశ. ఈలోగా యేమిజరుగునదీ చెప్పలేము. నిన్నా, నేడూ యక్సురేపరీక్ష వచ్చినది. ఇందులోనూ గడ్డలుమాత్రమే కను పడుగాని అంతకంటె ముందుదశలు తెలియవు. ప సూత్రములను విస్మరించుట చేతనే మానవకోటి యీ బాధల పడుచున్నా రను ప్రకృతి వైద్యవాదమును మందు వైద్యులు ఒప్పుకోలేరు. ఒప్పుకోరు. దేహమునకు మంచినే చేయు రోగములను కృత్రిమ మార్గ ములద్వారా అణచిపెట్టుటచేతనే మానవకోటి యీ బాధల పడుచున్నారని మందువైద్యులు ఒప్పుకోనంతవరకు వారి నిర్ణయము అధో గతిలో పడవలసినదే.

మరొకచిత్ర మేమంటే—రోగము ఫలాని కారణమువలన వచ్చినదని ప్రకృతి వైద్యులు

చెప్పిననూ వీరు వినరు. ప్రకృతి చికిత్సకులు పిచ్చివారని ప్రచారము చేస్తారు. రాజ్యాధికారము మందు వైద్యుల చేతులలో నుండుటచే వీరలు ప్రకృతిచికిత్సకుల గొంతుకోస్తారు. పొరపాటున్నయేఒక్కరోగైనా వీరిచేతుల్లో చచ్చినా వారల రచ్చకీడ్చి నానాహంగామా చేస్తారు. మందు వైద్యులచేతులలో చచ్చు రోగులకు అంతూ, పొంతూ, లేదు. నోరెత్తకుండా ఈ శవమును భూదేవి నెత్తిన కొట్టుతారు. వారు—ఆ శవములు లేచివచ్చునప్పుడుగదా వీరిమీద చర్య తీసికొనేది. ఇదీ లేదు.)

ఇంతమంది చస్తున్నారెందుకయ్యా అంటే యీ చావులనుండి శాస్త్రమును తెలిసికొని మానవకోటికి ఉపకారమును చేస్తా మంటారు. వెనుకంటికి హెన్రీ లిండ్లహారుగారు ఒక సంగతి చెప్పారు. 'The operation is a grand success; but the patient died' ఆపరేషను బాగా జరిగినదటగాని (ఆపరేషను అయిన తరువాత) వైద్యుడు చేతులు కడిగికొన్నాడో లేదో రోగిచచ్చాడట. ఇది ఎట్లాఉన్నదంటే కేసు ఓడినా ప్లీడరు బల్లమాత్రము బాగా గుద్దినాడట. దావా ఓడిన తరువాత ప్లీడరు యెట్లా గుద్దితేనేమి? ఆపరేషనువలన రోగి ఉపకారమును పొందవలెగదా! రోగియే చచ్చిన తరువాత ఉపయోగమును పొందున దెవరు

మందువైద్యము వారి రోగ నిర్ణయమువలన గాని, మందుల వలన గాని ప్రజలకు యేమీ ఉపకారము జరుగుట లేదని మహా మహులు అందరును ఒప్పుకొనుచున్నారు. మందు వైద్యము, లాకొట్టులు రూపు మాసి పోతే దేశమున కేమియు నష్టము కలుగదని మహాత్మా గాంధీగారే సెలవిచ్చారు.

జర్మనీ మొదలగు అయిరోపా దేశములలో మందు వైద్యమునందు సామాన్య ప్రజలకే యేవగింపుకలిగినది. ఆసుపత్రులచుట్టూ తిరిగి, తిరిగి రోగములు నయముగాక వేసారి పోవుచున్నారు. ప్రజల ఒత్తిడిని భరించలేక ప్రభుత్వమువారు సైనిక, నావికా శాఖలలో ప్రకృతివైద్య పద్ధతులను మొదలుపెట్టినారు. విదేశ ప్రభుత్వము మనల పాలించుచుండుటచే మనకు అవకాశము దొరకలేదు.

దీనికి సాదృశ్యముగా టీకాల విషయము చూద్దాము. విదేశములలో టీకాలు వేయించుకోవలెనను నిర్బంధములేదు మన దేశమందన్నను టీకాలు వేయించుకోము అంటే శిక్షిస్తారు. టీకాచీములో యేమి బంగారమున్నదీ మీకు తెలియని విషయముకాదు. రోగనిర్ణయము ప్రకృతి వైద్యమునకును అవసరమే. మందువైద్యమున కున్నంతే అవసరము మాత్రములేదు. అంత ప్రధానము గాదు. రోగి, వైద్యులిద్దరిలోనూ రోగనిర్ణయము రోగికి పరోక్షముగా సహాయకారి యగును. వైద్యునకు మాత్రము ప్రత్యక్షముగా సహాయకారి యగును. ఎట్లనంటే - ఫలానా అవయవములో లోప మున్నదని తెలియగానే ఆ అవయవముమీద యెక్కువగా ఉపయోగించు రంగును వాడును. (ఇది రంగు వైద్యమునకు సంబంధించిన విషయము.) ఇంతేగాక మరొక విధముగాను ఉపయోగకారియగును. రోగి వ్యాయామము చేయగల్గిన యెడల లోపమున్న అవయవమునకే వ్యాయామము కలుగచేసిన యెడల రోగపదా

నా రుగ్మత ప్రకృతి చికిత్సవల్ల నిర్మూల మైనది

"మనులతోట చికిత్సాలయములో 42 రోజులు ఉపవసించితిని"

సి. రా మ ల క్ష్మ మ్మ

నేను ఇటకు కర్నూలునుండి చికిత్స నిమిత్తము వచ్చితిని. కర్నూలు నివాసియును అచ్చటనే న్యాయవాద వృత్తియందున్న నా భర్తగారు చాల కాలమునుండి మేహసంబంధమైన వ్రణముచే బాధపడుచుండెడివారు. అందులకుగాను వారు ఆంగ్ల, ఆయుర్వేద, మొదలగు వివిధచికిత్సలు పొందిన మీదట ఫలితము గానక చివరకు ప్రకృతి చికిత్సయందు మంచి సమర్థత కగిలినటువంటి శ్రీ యోగి రాఘవేంద్రగారి చెంత ప్రకృతిచికిత్స బడసి ఆరోగ్య భాగ్యమును పొందిరి.

నావయస్సు 28 సంవత్సరములు. నేను ముగ్గురు పిల్లల తల్లిని. నేను చాల సంవత్సరములనుండి మలబద్ధముచే బాధపడుచుంటిని. అది దిన దినాభివృద్ధినొంది 3-4 దినములకొకసారి విరేచనముగుట స్వభావమై పోయినది. దాని పర్యవసానముగా, నిరంతరము ఎడతెగని తల నొప్పిచే బాధపడు చుండెడిదానను. మరియు సహజమైన నిద్ర కరువైపోయినది. అందువలన దేహమందలి సహజశక్తిని కోలుపోయి సక్రమమగు జీర్ణశక్తి లేక బాధపడుచుండెడి దానను ఇట్టి పరిస్థితిలో 8 వ మాసములో కలిగిన బిడ్డను 3 రోజులలో కోల్పోతిని.

ఈ నా రుగ్మతను నివారించుకొను నిమిత్తమై పలువిధములైన ఔషధచికిత్సలను బడసి మిక్కిలి వ్యయప్రయాసలకు లోనై చిట్టచివ

(24 వ పేజీ తరువాయి)

ర్థము పోవుటచే ఆ అవయవము శక్తివంత మగును.

ప్రకృతి వైద్యములోనూ పెక్కురోగ నిర్ణయ పద్ధతులు గలవు. అందులో ముఖ్యముగా మూడింటిని గూర్చియే యీ వ్యాసములలో తెలిసికొంటాము. ఆ మూడు నిర్ణయ పద్ధతులును యేవన (1)ముఖవైఖరీవిద్య (2)కశేరుకానిదానము (3) కనీనికానిదానము. ఈ మూడింటిలో ముఖవైఖరీవిద్యనుగూర్చి శ్రీయుత పుచ్చా వేంకటరామయ్య గారి 'తొట్టి వైద్యము' విపులముగా చెప్పును. కశేరుకానిదానమును గూర్చి ఆంగ్లమున పెక్కు గ్రంథములు గలవు. తెలుగున ఒక్కటి యులేదు. కనీనికానిదాన మననేమో, మిగిలిననిదానములకును, యీ నిదానమునకును యేమి తేడా గలదో రాబోవు వ్యాసములలో తెలిసికొందము.

కన్నులో తెల్లగుడ్డు నల్లగుడ్డు రెండునూ ఉండును. నల్లగుడ్డులో కనుపాప (దీనినేబింబ మని యందురు) పోను మిగిలిన భాగమునకు కనీనికయని వాడినాము. కనీనికలో బింబము ఉండును గాని బింబములో కనీనిక ఉండదు. రాబోవు వ్యాసములలో 'కనీనిక' అను శబ్దమును యెచ్చట వాడినను పైన చెప్పిన విధము గానే మాచదువరులు అర్థముచేసికొందురు గాక! ఈ కనీనికనుబట్టి దేహములలోని మారుమూల అవయవములలో గూడా యేమి లోప మున్నదీ యెట్లు తెలిసికొనేదీ రాబోవు వ్యాసములలో తెలిసికొందాము.

రకు నీ ప్రకృతిమాతను సేవించి సంపూర్ణా రోగ్యభాగ్యమును బడసితిని. నేను యీదిగువ నుదహరించిన రీతిగా చికిత్సను పొందితిని. ప్రథమమున ఉప్పు కారములేని చప్పిడికూరల తోను తవుడుపోని ముడిబియ్యపు అన్నము తోను ఒకపూట భోజనము గైకొని మరొక పూట కమల, బత్తాయి మొదలగు ఫలము లను ఆహారముగా గైకొనుచు ప్రథమ 2 మా సములు చికిత్సబడసితిని. మఱియు ఉదయము సాయంత్రమున తొట్టిస్నానము చేసినమీదట దేహమునకు సహజవుష్ణము కలుగువరకు శక్తి ననుసరించి నడచివచ్చెడిదానను. ఈ కృష్ణా తీరము పలువిధములైన పచ్చని చెట్లతోను, వివిధములైన ప్రకృతిసిద్ధమగు శృంగారదృశ్య ములతో నిండి యుండుటచే ఈ ప్రదేశము చూచుట కెంతో మనోహరముగాను, ముచ్చటగా నుండి, నడకకు వెళ్ళినపుడెల్ల నూతనోత్సాహము జనించి, ఎంత దూరము తిరిగివచ్చినను శ్రమ యనిపించెడిది కాదు. ఈ కాలములోనే వారమునకు 2 పర్యాయ ములు వుపవసించి, ఆనాడు అభ్యంగస్నానము నాచరించెడి దానను. మరియు వారమునకు 1-2 మారులు కాళ్ళకు వూదా, ఎదుకురొమ్ము నకు ముతక నీలము, తలకు నీలిరంగద్దముల నమర్చిన ఆదిత్యపేటికా స్నానములు కూడ చేయుచుండెడి దానను. ఈ విధముగా 2 మాసములు గడచిన మీదట 42 దినములు దీర్ఘవుపవాసచికిత్స చేసితిని. ఉపవాసకాల మందు నిత్యము ఎనిమాచేసికొని 10 నిమిష ములు పరిమితిగల తొట్టిస్నానముచేసి అనం తరము 3-4 మైళ్ళు నడచి వచ్చుచుండెడి దానను. ఉపవాసకాలమందు పడక పట్టకుండ గనే వుత్సాహముగ తిరుగుచు కాలక్షేపము చేసితిని.

40 దినములు గడచిన మీదట ఆకలి కాసాగి కొంచెము నీరసముగా వుంటూ వచ్చినది. అందు మీదట 43 వ దినమున గోధుమ జావతో పథ్యము పెట్టిరి. ఇప్పుడు మామూలు భోజనము గైకొనుచున్నాను. పథ్యము పుచ్చు కొన్న 40 దినములకే వుపవాసమువల్ల శుష్కించిన నా దేహము మరల యథా స్థితికి వచ్చినది. అప్పటినుండి ఇప్పటి వరకును దేహసౌష్ఠవము దినదినాభివృద్ధి నొందుచు, సౌందర్యము పెంపొందుచునే యున్నది. లోగడ నా కున్న మలబద్ధము తలనొప్పి మున్నగు రుగ్మత లన్నియు పూర్ణముగా తొలగిపోయి ఇప్పుడు సంపూర్ణారోగ్య భాగ్యము సిద్ధించినది.

నా కిట్టి సంపూర్ణారోగ్యభాగ్యమును కలుగ జేసి నేటి సంతోషదాయక మగు నా నూతన జీవితమునకు కారణభూతులైన శ్రీయోగిగారికి నే నెంతయు కృతజ్ఞురాలను. ఇట్టి మహత్తర మగు ప్రకృతిచికిత్సను నే నింతకు పూర్వమే పడసియున్నట్లైన లోగడ నేను పొందిన అనవసరమగు వ్యయప్రయాసలతో నిమిత్తము లేకుండా పోయెడిదనియు, పోగొట్టుకొనిన నా బిడ్డను సంరక్షించుకొని యుండెడిదాననియు ఇప్పుడు చింతించుచున్నాను. ఈ నా చరిత్ర విన్న సోదర సోదరీమణు లందరు ప్రకృతి చికిత్సయొక్క ప్రాశస్త్యమును గ్రహించి నావలె సుఖించవలసినదిగా హెచ్చరించుచున్నాను.

ఎనిమా

7. ఎనిమా చేయతగని వారెవరు?

సాధారణముగా యెనిమా అందరికిని చేయ వచ్చును. కొద్దిమంది మాత్రమే యెనిమా చేయతగనివారు. వారెవరనగా:—

1. హృదయ దౌర్బల్యము వలన, మూర్ఛ గలుగదగిన పరిస్థితు లున్నవారు.

2. రక్తవాహికలు బిరుసెక్కి రక్తపీడనము (High blood pressure) గలవారు. వారికి రక్తపీడనము వలన మేదోభిష్యందమున్న దానివలన పక్షవాతము మూర్ఛ మొదలగు వ్యాధులు కలుగవచ్చును గాన, అట్టి వారికి యెనిమా తగదు.

3. పాండువును, బలహీనతయు ఎక్కువగా నున్నవారు.

4. కొందరికి సహజముగానే యెనిమావలన వికారము, వాంతులు, చలిచెమటలు, ఉదరమునందు తీవ్రమగు బాధలు, కలిగి నిస్సత్తువ కలుగును. ఇట్టి వారియందు రక్తాభిసరణమునూ క్రమముగా నుండదుగాన వీరికి యెనిమా పనికిరాదు.

5. హృదయ దౌర్బల్యము వలన గలిగిన గండమాల (Exopthalmic goitre) గలవారు.

6. తీవ్రమగు జ్వరముగల వారిలో కొందరికి యెనిమా పనికిరాదు.

దైశికమగు యీ క్రింది పరిస్థితులందు ఎనిమా తగదు.

1. ఆసనమందు తరుణమగు యేనుగు గజ్జి యున్నవారు

2. ఆసనము అంటుకొని పోయినవారు

3. కొన్నిమూల వ్యాధులలో యెనిమా చేసిన నీరంతయు రక్తముతో నిండిపోవును. అట్టి స్థితులందును.

4. పెద్దప్రేగులందు తరుణమగు పుండుగల వారికి యెనిమా చేయించతగదు.

ఎనిమా చేయుటలో అత్యంతము జాగరూకతను పాటింపవలసినవారు

1. మూత్రపిండములందు, దాహము గల వారును, పుండ్లున్నవారును యీ వ్యాధులకు తోడుగ హృదయవ్యాధులును, అక్రమమైన రక్తాభిసరణము గలవారును.

2. టయిఫాయిడు వ్యాధులందును, గ్రహణి యొక్క చివరి దశలందును, పెద్ద ప్రేగు యొక్క ఆవరణగోడలు దుర్బలము లగును. మరియు బ్రద్దలు కా దగియుండును. అట్టి వానియందు యెనిమా మృదువుగా మాత్రమే నేర్పుతో చేయింపవలెను.

3. జీర్ణకోశమునందు వ్రణ మున్నప్పుడును, తీవ్రమగు గ్రహణివ్యాధియందును, జీర్ణకోశాభిష్యందము, ఆంత్రాభిష్యందము గలుగ దగి యున్నదిగాన అట్టివానియందు యెనిమా జాగ్రత్తగనే చేయవలెను.

4. పెద్దప్రేగు జారియున్నవారికినీ యెనిమా చేయునప్పుడు యెక్కువ నేర్పు కావలెను.

ఎనిమా చేసినప్పుడు యీ క్రింది ఆపదలు రాకుండ చూడవలెను.

1. మోటైనట్టియు, మిక్కిలి పొడవైనట్టియు, ఆసన నాళిక వాడినప్పుడు ప్రేగులలోని ఆమ

త్వచము చీరిపోయి పెద్దప్రేగుయొక్క ఆవరణ గోడలకు ఆపద రాకుండ చూడవలెను.

2. మితిమాలిన వాడుకవలన ఆసనము పుండు పడకుండ జాగ్రత్తపడవలెను.

3. మితిమాలిన వాడుకవలన మూలవ్యాధి వృద్ధిపొందకుండ చూడవలెను.

4. పెద్దప్రేగు జారుటవలన శూల మొదలగు వ్యాధులు గలుగును. అట్టిప్రేగు జారుటకు కారణ మేమనగా:—

(i) ఎనిమానీటిని వడిగా యెక్కించుట.

(ii) ఎక్కువ యెత్తునుండి నీటిని యెక్కించుట.

(iii) ఎక్కువనీటిని ప్రేగులలోనిలువయుంచుట.

(iv) ప్రేగులలోనికి క్రొత్తగా గాలిని ప్రవేశ పెట్టుట.

5. నీటియొక్క వేడిని దేహము, కాలముల ననుసరించి వాడనియెడల పెద్ద ప్రేగునందు ఆమత్వచము రేగిపోవును. కనుక నీటియొక్క వేడిని జాగ్రత్తగా నియమించుకొన వలెను. ఎనిమాతో ప్రేగులయందు తాపమును కలిగించు కషాయాదులను వాడరాదు. పెద్ద ప్రేగునందు తాపము కలుగకుండ చూడ వలెను.

6. పెద్దప్రేగునుండి రక్తము కారకుండ చూడ వలెను.

7. పెద్దప్రేగు ఆవరణగోడ చీరిపోకుండ చూడవలెను.

ఎనిమా సామాన్య గుణములు

1. నీరసము, దౌర్బల్యము కలుగకుండ చూడ వలెను. ఎనిమా చేసినతరువాత యెక్కువ కాలము రోగి పరుండి విశ్రాంతి తీసుకొనుట వలన నిది లభించును.

2. మూర్ఛ.

3. పనికిమాలిన వస్తువులను యెనిమా నీటితో చేర్చుట వలన రక్తవిషీకరణము గలుగును.

4. ఎనిమా చేసిన నీటిని మిక్కిలి యెక్కువ కాలము ప్రేగులలో నిలువ యుంచిన యెడల మలములందలి విషములు రక్తములో చేరును.

5. మిక్కిలి శీతలోదకముతో యెనిమా చేసిన యెడల ప్రేగుల యందు శీతమును చలియును శైథిల్యమును కలుగ వచ్చును.

6. ఎనిమా అంటేనే కొందరికి పడదు. ఇట్టి వారు నూటికి ముగ్గురుందురు. వారికి యెనిమా చేసినయెడల ప్రేగులలో తీవ్రమగు వేదన గలుగును. వికారము వాంతి కలుగును. చలి చెమటలునూ్నా పోయును.

ఈ పేజీలలో పేర్కొన బడిన ఆపదలు అందరికీ రావు. ఎనిమా చేయనారంభించిన వారికి అదే అలవాటై సహజముగా విరేచనము కాదనియు యెనిమా చేసిననేగాని విరేచనము కాని స్థితి యేర్పడునని ఒక ప్రవాదము కలదు. భేదికౌషధము లెట్లో యెనిమాయును అట్లే నని అనేకులు నమ్ముచున్నారు.

ఈ సంగతి విచారిద్దాము. భేది మందులు పుచ్చుకొన్నప్పుడు ప్రేగులలో తాపము పుట్టును. ఎనిమా నీటిలో మందులు కలుపని యెడల యెనిమావలన ప్రేగుల యందు యిట్టి తాపము కలుగనే కలుగదని రూఢిగా చెప్పగలము. పాయ్యేసీళ్ళు పోతుంటే వచ్చే మలము వచ్చునట్లు యేర్పఱచుకొనిన క్రొత్త పద్ధతిలో పై సందేహములకు తావే లేదు.

ఇందువలన తప్పకుండా ప్రేగులకు సహజశక్తి గలుగును. మలబద్ధకము శాశ్వతముగా నంతరించును. దీని తరువాత మరి యితర చికిత్సలు అవసరము లేదు.

మరియును యీ క్రొత్త పద్ధతులవలన ప్రేగులలో దౌర్బల్యమున్నూ కలుగక బలమే కలుగును. ఎనిమావలన శ్లేష్మము పెరుగుతుందనే మాటయును రూఢియైనదే. ప్రేగులలో శ్లేష్మమున్నప్పుడు యెనిమా చేసినప్పుడు శ్లేష్మము (ఆమము)బయటికివచ్చును. ప్రేగులలో శ్లేష్మము లేని యప్పుడు యెనిమా చేస్తే శ్లేష్మము రూఢిగా రాదు. ప్రేవులలోని ఆమత్వచము యెనిమావలన నశించి పోవునని ఒకప్రవాద మున్నది. దానికిగూడా ఆధారము లేదు. ఎనిమావలన పెద్ద ప్రేగు వ్రేవి చెందునని కొందరందురు. నిజమేమనగా ఇతర వ్యాధులవలన పెద్దప్రేగు విరివి చెందినప్పుడే మలబద్ధకము కలుగుచున్నది. అనగా ఎనిమా చేయ నారంభింపక పూర్వమే పెద్ద ప్రేగు విరివిచెందినది. ఎనిమా సక్రమముగా చేసిన యెడల పెద్దప్రేగు విరివిజెందనేరదు. ఎనిమావలన ప్రేగులలో నొప్పి కలుగుననేది, యింకొక అభ్యంతర మున్నది. పెద్దప్రేగునందు చుట్టునుండు పీడన (Pressure) వలన ఇట్టిబాధ కలుగుచున్నది. ఎనిమా చేయగా చేయగా ఆ పీడనము తగ్గును. దానితో బాధయును అంతరించును.

నులివెచ్చని నీటితో యెనిమా చేసినప్పుడు అనేకు లనుకొనునట్లు ప్రేగులలోని ఆమత్వచము రేగిపోదు. మరియేమన్న ప్రేగులయందలి ఉద్రేకము తగ్గి, నాడులు చల్లబడి కండరములలోను గ్రంథులలోను తగినంత ఉజ్జీవనము కలుగును.

8. ఎనిమా చేయుటవలన కలిగిన లాభములు

ఎనిమా 2 పనులకు చేయుదురు. 1 రోగనిదానముచేయుటకు 2 రోగనివారణముచేయుటకు. రోగనిదానము చేయుటలో యీ క్రింది విధముగా నుపయోగించును:—

1. ఎనిమాచేసి అందు వచ్చిన మలమును పరిశీలించుట. ప్రేగులలో ఆమత్వచమునందలి దోషముచే కలిగే గ్రహిణి మొదలగు వ్యాధులయందు ఎనిమాచేయుటవలన రోగనిదానము చేయవీలగుటయేగాక యెనిమావలన ఆమము వెడలిపోయి గ్రహణిరోగము నివారణ మగుచున్నది. ఎనిమాచేసిన మలమును జాగ్రత్తగా పరిశీలించినయెడల ప్రేగులయందు శిలీంధ్రములు, ఆమము, మండము మొదలగువాని స్వభావమును గుర్తించి రోగనిదానము చేయవీలగును.

2. ఎక్సురేపరీక్ష చేయదలచినప్పుడు ముందుగా ప్రేగులయందలి మలములను ఎనిమాచేసి తీసివేయుదురు. తరువాత బేరియంమీల్ యిచ్చి ఎక్సురే ఫోటో తీసినయెడల ప్రేగులయొక్క స్థానమును గురించిన్నీ ప్రేగుల యందుండే గుహలు (Cavities) మొదలగువానిని గుర్తించుటకును ప్రేగులయొక్క లావు, సన్నములను గుర్తించుటకును అను వేర్పడును.

ఇంతేకాకుండా పొట్టమీద తడవి ప్రేగులయొక్క స్థితిగతులను గుర్తించుటకు ప్రేగులయందు వాయువు (గాలి) మలము మొదలగునవి అడ్డంకిగా నుండును. ఎనిమా చేసిన

తరువాత చేయు పరీక్షయందు యిట్టి అడ్డంకు లుండవుగాన పరీక్ష సులభముగా నుండును.

సిగ్మాయిడ్ ఫ్లెక్చర్, మలకోశముల పరీక్షకు సయితము ముందుగా యెనిమాచేసి, బేరియం మీల్ యిచ్చి ఎక్సురేఫోటో తీసిన సులభముగా తెలియదగును. ఇంతేకాకుండా మూత్రపిండములు, గర్భాశయము, పసరుతిత్తి (Gall bladder), వెన్నుపాము, కూపకము మొదలగునవి పరీక్షించుటకు ముందు యెనిమాచేసి మలమును తీసివేసిన తేలికగా రోగనిదానము చేయవీలగును.

గట్టిపడిన మలసంచయములు యెనిమానీటితో మెత్తపడి వెడలిపోవుటవలన పై పరీక్షలన్నిటియందును సౌలభ్యమేర్పడును. మలము వెలువరింపకయే పరీక్షచేసినప్పుడు చెప్పనలవిగాని పొరపాటులు చేయవలసి వచ్చును. కనుక యెనిమా రోగనిదానమునకు యెంతయేని సహాయకారి అయియున్నది.

ఆహారమువలనను, మందులవలనను నివారణకాని మలబద్ధకము అనేక సందర్భములందు యేర్పాటుగాను, క్రమముగాను, చేసిన యెనిమావలన కుదిరిన సందర్భములు గలవు. శస్త్రచికిత్స చేసిననేగాని మలబద్ధకము కుదురదని నిర్ణయించిన సందర్భములందు సయితము యెనిమా క్రమముగా చేయుటవలన శస్త్రముతో నిమిత్తము లేకుండా మలబద్ధకము కుదిరినది. కనుక ఎనిమాతో ప్రయత్నము చేయకుండా శస్త్రచికిత్సకు దొరకొనరాదు.

ఉదరము కోసి ప్రేగును స్థానములో కట్టుటకు లేపరోటొమీ (Laparotomy) అందురు. అది పెద్ద శస్త్రము. అట్టిది చేయక తప్పనియప్పుడు సయితము ముందుగా యెనిమాచేసి మలమును సాంతముగా తీసివేసిన యెడల శస్త్రమువలన కలిగే కుళ్ళు మొదలగునవి కలుగకుండను, వ్రణజ్వరాదులు కలుగకను మేలు గలుగును గాన లేపరోటొమీకి ముందుగా బాగుగా యెనిమా చేయుట ఆవశ్యకమై యున్నది. ఆంత్రపతనము, అనగా ప్రేగుజారుట. దీనినే హెర్నియా అనిగూడ అందురు. దీనికిగూడ శస్త్రము చేయుటకద్దు. ఎనిమా చేసిన తరువాత ప్రేగు కొద్దిస్థలమే ఆక్రమించునుగాన శస్త్రము సులభముగా చేయవచ్చును. శస్త్రము చేసిన తరువాత వ్రణజ్వరాదులు కలుగకుండుటకును, ముందుగా చేసిన యెనిమా తోడుపడును.

రోగనివారణకు యెనిమా నుపయోగించుట

ఎనిమా చేయుటవలన కలిగే లాభములు అసంఖ్యాకములు. అందు పెద్ద ప్రేగునందు గల వ్యాధులను నివారించుట మొదటిది. ఎనిమా చేయుట వలన, పెద్ద ప్రేగు నందు సహజముగను, అసహజముగను నిలువయున్న మలము వెలువడి పోవును. 2. ఆమత్వచము శుద్ధి బొందును. 3. మలములు క్రుళ్లకుండ ఆగిపోవును. 4. ఎనిమా నీటితో కలిపి వాడే ఓషధుల గుణము వలన ప్రేగుల యందు ఉజ్జీవనము, ఉద్దీపనము, శమనము, శోధనము, విషహరణము, వృష్యము, బలకరము, స్నేహాది సుగుణములు గలుగును. 5. ప్రేగు యొక్క ఆవరణ గోడల సంబంధమైన కండరములందు చైతన్యము గలిగి, క్రిమిచలనము వృద్ధిబొంది, కండరముల జిగివి (Tone) వృద్ధి బొందును. అందువలన ప్రేగులయందలి యీావు

(Spasms) తొలగిపోయి, రక్తాభిసరణము క్రమపడి, పేగుల సంబంధమగు గ్రంథులు ఉద్దీపన బొందును. అందువలన ఉదరమునందలి రక్తాభిసరణము బాగుపడును. ఎనిమా చేయుట వలన పరోక్షముగా జీర్ణాశయము, యకృత్తు, పసరుతిత్తి, వృక్కకము, మొదలగు ఉదరమునందుండు జీర్ణమండల సంబంధమగు అవయవము లన్నియు బాగుపడి బలపడును. కూపకమునం దుండే జననేంద్రియములందలి మాలిన్యముల వత్తిడియును తగ్గిపోయి జననేంద్రియములు గూడ బలపడును. గర్భిణీస్త్రీలకును, బాలింతలకునుగూడ అవసరమైనప్పుడు చేసిన యెనిమావలన యెంతయేని మేలు గలుగును. మూత్రసంబంధమైన వ్యాధుల యందు యెనిమా చేయుటవలన మూత్రము ధారాళముగా వెడలు ననునది సర్వజనవిదితమైన విషయమే.

విషప్రయోగములందు వెంటనే మలమును పూర్తిగా వెలువరింపవలసియుండును. కనుక తరుణములైనట్టిగాని, కాలికమైనట్టిగాని విషప్రయోగములందెల్ల యెనిమావలనకలిగే మేలు వర్ణింప నలవిగానిది.

ఆహారపదార్థముతో చెడిపోయిన మాంసరూపముగాగాని, విరుద్ధాహార సమ్మేళనముల చేతగాని, చేపలు, మాంసము, గ్రుడ్లు మొదలగునవి చెడిపోయినవానియొక్క వాడుకవలనగాని, వాని వండుటలో కలిగే పొరపాటుల వలన గలిగే పరిమాణములందుగాని దేహమునకు మితిమాలిన చెరుపు గలుగును. అట్టివానియందెల్ల బాగుగా యెనిమా చేయుటవలన పూర్తిగా మలము వెడలిపోయి ప్రమాదములు తప్పిపోవును. కొందరికి కొన్ని పదార్థములు సహజముగా పడవు. కొందరికి వంకాయ, కొందరికి పెరుగు, కొందరికి చేపలు, కొందరికి కోడిగుడ్లు — ఇట్లు సహజముగనే కీడుచేయును. అట్టివారు వెంటనే యెనిమా చేసినయెడల, కీడు తొలగిపోవును. ఆహారములో మనకు తెలియకుండగనే కొన్ని పనికి మాలిన పదార్థములు కలియును. వాని వలన జరిగే అపకారము గూడ ఎనిమా చేయుటవలన తొలగిపోవును. ఉబ్బసము, తామర, అరతలనొప్పి, ఆమవాతము మొదలగు కొన్ని వ్యాధులయందు, యేమందున్నూ పనిచేయదు. అట్టివాని యందు యెనిమా అద్భుతముగా పనిచేయును.

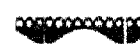
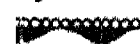
ఎడతెగక వాడిన మందుల వలనను, సవాయి మొదలగు వానికి ప్రయోగించిన గంధకము పాదరసము, బంగారము, వెండి మొదలగు లోహములవలన దేహమునందు రోగము నిలచిపోవుటయేగాక లోహాదులు గూడ నిలచిపోయి క్రొత్త వ్యాధులు గలుగును. ఏ మందున్నూ పనిచేయకుండును. అట్టి స్థితుల యందు సయితము యెనిమా బాగుగా పని చేయును. పాదరసమువలన పేగులును జీర్ణకోశమును చెడిపోయి గ్రహణి కలుగును. అప్పుడుగూడా యెనిమా బాగుగా మేలు చేయును. మంచినీరు యెక్కువగా త్రాగుట వలనను మంచినీటితోను గంధకము కలిగిననీటితోను యెనిమా చేసినప్పుడు పేగులయందలి పాదరసము నీటిలోని గంధకముతోను ప్రాణవాయువుతోను కలసి నల్లనిరంగుగల అపాయరహితమైన రసగంధకితము (Sulphide of mercury)గా మారి వెడలి పోవును గాన

పాదరసము వాడుటవలన గలిగే ప్రమాదములనుండి తప్పించుకో వచ్చును

కొంత మంది సీసముతో పనిచేయుదురు. సీసము వారి దేహములలో ప్రవేశించి కాలికమగు మలబద్ధకము, కడుపునొప్పి గలుగును. వరుసగా కొన్ని దినములు యెనిమా చేయుట వలన యీ బాధలు అంతరించుటయే గాక సీసము గూడ పేగుల నుండి శాశ్వతముగా తుడిచిపెట్టబడును.

పొగాకు, కాఫీ, కోకో, కొకైన్, నల్లమందు, సారాయి మొదలగు దురభ్యాసములు కొందరి కుండును. అట్టివారు పొగాకు మొదలగు వానిని వదలదలచినప్పుడు అతిసారమును, మనోదౌర్బల్యమును గలుగును. ప్రతిదినమును యెనిమా చేయుచు పొగాకు మొదలగు వానిని క్రమముగా తగ్గించుచూ వదలి వేసిన యెడల మనోదౌర్బల్యము మొదలగునవి కలుగకయే దురభ్యాసములను మానివేయుటకు వీలు కలుగును.



ప్రకృతిచికిత్సాగ్రంథములు

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
దురభ్యాసఖండనములు		
జీవహింస	0 4 0	0 3 0
అనుభవానందము	0 12 0	0 8 0
మహారోగము	0 8 0	0 6 0
పొగచుట్ట — ముక్కుపొడుం	0 4 0	0 3 0
పొగచుట్టవలని ప్రమాదములు	0 0 6	0 0 6
కల్లుముంత — సారాపీపా	0 4 0	0 3 0
ఔషధవైద్యమొక యూహాశాస్త్రము	0 4 0	0 2 0
టీకాలు వేయరాదు, యెందుకు?	0 2 0	0 2 0
టీకాలననేమి? డాక్టర్ల అభిప్రాయము	0 2 0	0 2 0
టీకాల ఖండన	0 1 0	0 1 0
పొగాకు ప్రమాదములు	0 0 3	0 0 3
ఆరోగ్యవిషయక గ్రంథములు		
స్వాభావిక చికిత్సానియమములు	0 5 0	0 4 0
ఆరోగ్యాదర్శము	0 8 0	0 7 0
ప్రకృతిచికిత్సోపన్యాసములు 2 భాగములు, ఒక్కొక్కటి	0 5 0	0 4 0
బాలక్రీడలు	0 3 0	0 3 0
శిశుమాతల కొక సందేశము	0 4 0	0 3 0
ఆరోగ్యము — కామేచ్ఛ	0 3 0	0 2 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
సుఖప్రసవము	0 0 6	0 0 6
*ఆరోగ్యతత్త్వము	1 0 0	0 12 0
వివిధచికిత్సాగ్రంథములు		
పుగటాలు	0 0 6	0 0 6
*ప్రకృతి ఆరోగ్య వైద్యము	1 4 0	1 4 0
*ప్రకృతి గృహవైద్యము	2 8 0	2 0 0
దీర్ఘరోగచికిత్సాసారము	1 8 0	1 8 0
ప్రకృతి చికిత్సాదర్శము		
1. భాగము	1 8 0	1 0 0
2. భాగము	1 4 0	0 15 0
3. భాగము	1 8 0	0 0
4. భాగము	0 6 0	4 0
5. భాగము	0 6 0	4 0
6. భాగము	0 6 0	4 0
7. భాగము	0 6 0	4 0
ఉపవాసచికిత్స	1 0 0	0 12 0
జస్తుచికిత్స	0 10 0	0 8 0
ధ్యానచికిత్స	0 8 0	6 0
జంబీరచికిత్స	0 3 0	2 0
యోగచికిత్స	0 6 0	0 4 0

	వెల ఇతరులకు	వెల చందాదార్లకు
సంవాహనచికిత్స	0 6 0	4 0
రక్తప్రక్షాళనచికిత్స	0 5 0	3 0
వైదికచికిత్సాపద్ధతి	0 5 0	3 0
జాగరణ చికిత్స	0 1 0	1 0
నిశ్శస్త్ర శరీర పరిశోధన	0 4 0	4 0
వైద్యవిప్లవము	0 8 0	8 0
త్రిదోషములు	0 6 0	4 0
దీర్ఘాయువు	0 0 6	0 0 6
పృథ్వీచికిత్స	0 2 6	0 1 6
వివిధార్థసాగరము	0 2 6	0 1 6
వివిధవ్యాధులకు చికిత్సాగ్రంథములు		
క్షయ	0 12 0	0 8 0
శుక్లనష్టము	0 12 0	0 8 0
చలిజ్వరము	0 4 0	0 4 0
హిస్టీరియా (మూర్ఛ)	0 4 0	0 4 0
బాలెంతరోగము	0 4 0	0 4 0
మధుమేహము	0 4 0	0 4 0
మలబద్ధకము	0 4 0	0 4 0
వేదాంతము, ఇతరములు		
మహాయోగము	0 12 0	0 8 0
నిర్విచారజీవనము	0 12 0	0 8 0
యుక్తిప్రకాశము	0 8 0	0 5 0
రామతీర్థస్వామివేదాంతోపన్యాసములు		
1. భాగము	0 8 0	0 5 0
2. భాగము	0 8 0	0 5 0
భగవద్గీతాసారము	0 6 0	0 4 0
ముకుందమాల	0 1 0	0 1 0
వ్యాయామము		
*అనుభవయోగాభ్యాసము	1 4 0	1 4 0

ప్రకృతి వెనుకటి సంపుటములు

ప్రకృతి 4,5,6,7,11 సంపుటములు
ఒక్కొక్కటి — ఇతరులకు 1 8 0
చందాదారులకు 1 2 0

ప్రకృతి 12,13,14,15 సంపుటములు
ఒక్కొక్కటి — ఇతరులకు 3 0 0
చందాదారులకు 2 8 0

ప్రకృతి 16వ సంపుటము — ఇతరులకు 1 4 0
చందాదారులకు 1 0 0

17,18,19,20,21,22,23 సంపుటములు — ఇతరులకు 3 0 0
చందాదారులకు 2 8 0

చిరునామా: ప్రకృతికార్యాలయట్రస్టు, బెజవాడ.

ప్రకృ

Reg. No. M 1424

40

ప్రకృతి

ప్రకృతి సహజ వైద్య మాసపత్రిక.

ఈ ప్రస్తుత నాగరిక ప్రపంచములో మానవుడు ప్రకృతి నియమములను అనుసరింపక తాత్కాలిక కామ్య సుఖముల కాసపడి వెనువెంటనే దుఃఖము ననుభవించుచున్నాడు. మానవుడు ఈ ప్రకారముగ అనుభవించుచున్న శారీరక, మానసిక వ్యాధిబాధలనుండి తప్పించుకొను సాధన లేవో ఈ పత్రిక వివరించును.

మందులు, ఇంజక్షనులు అవసరము లేకుండ ... క్షయ, కుష్ఠు, రాచపుండు మొదలగు అసాధ్య వ్యాధులనుకూడ గాలి, సూర్యకిరణములు, జలము, ఉపవాసము, ఫలాహారము, అధః శయనము, బ్రహ్మచర్యము, మట్టి, వ్యాయామము, మర్దన మొదలగువానివలన నిర్మూలించు సులభమగు విధానములను తెలుపును. సం॥ర చందా రు 2-0-0లు మాత్రమే.

750 పుటలు. **సునిశిత వైద్యము** 100 చిత్ర పటములు

డాక్టరు ఇ. డి. బ్యాబిట్, M.D., L.L.D., గారిచే ఆంగ్లభాషలో వ్రాయబడిన సుప్రసిద్ధ వైద్య గ్రంథమునకు

డా॥ పుచ్చా వెంకటామయ్య, N. D., D. M. గారి భాషాంతరీకరణము.

సునిశితములగు సూర్యకిరణచికిత్స, వర్ణచికిత్స, యోగనిద్రాచికిత్స మొదలగు విషయము లిందు విపులముగా వివరింపబడినవి. గ్రహింప సాధ్యము కానివిగా వదలివేయబడిన సృష్టిరహస్యము లనేకములు శాస్త్రీయముగా వివరింపబడినవి.

నిండు కాలికో బైండు 1కి వెల 4-8-0. ప్రకృతి పత్రిక చందాదారులకు 3-8-0

పోస్టేజి ప్రత్యేకము. గ్రంథవిషయసూచిక కోరినవారికి పంపబడును.

ఆరోగ్య తత్త్వము

డాక్టరు పువ్వాడ పేర్రాజుగారిచే రచింపబడినది

వెల రు 1-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు రు 0-12-0.

ఆహారమునుగూర్చిన సమస్యల నన్నింటినిగూర్చి - రోగములయొక్క చికిత్స లన్నింటినిగూర్చి ఇది సమగ్రమైన గ్రంథము. ఏమి తినవలెనను సందేహముగలిగినగాని, ఏ వ్యాధి ఎటుల కుదుర్చుకొనవలెనను ప్రశ్నకుగాని ఈ గ్రంథము సందేహములేకుండ సమాధానము చెప్పును.

ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

కొత్త కూర్పు.

34 అధ్యాయములు, 400 పుటలు. **త్రోట్టి వైద్యము** సచిత్రము 70 పటములు

అనేక నూతన చిత్రపటము లిందు జేర్పబడి నూతన ఫక్కిని ముద్రింపబడినది. కూనే మహాశయుని గారి అభినవ వైద్యశాస్త్రము, ముఖ్యవైఖరీవిద్య రోగారోగ్యవివేకము, శిశుపోషణము అను గ్రంథములలోని ముఖ్యవిషయములు తేటతెల్లముగ వివరింపబడినవి. ప్రశ్నోత్తరములు జేర్పబడినవి.

అసలు వెల రు 3-0-0. ప్రకృతి చందాదారులకు, వెల రు 2-8-0.

వివరములకు:—మేనేజరు, ప్రకృతికార్యాలయ ట్రస్టు, బెజవాడ.

Printed & Published at the Andhra Grandhalaya Press,
By Dr. P. VENKATRAMAYYA, PRAKRITI OFFICE, BEZWADA